

# بنت النيل



يوليو ١٩٥٥  
١٠ قروش

# صباح الخيري...!!

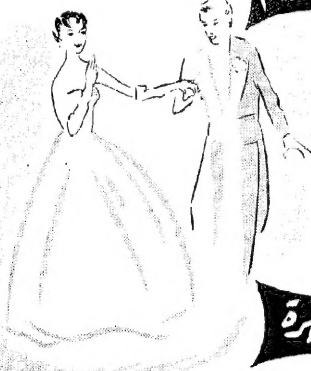
- ١- اغسلي وجهك بأي صابون
- ٢- ادعكي اسنانك بأي معجون
- ٣- ولكن!!! استعلي فقط

## أصبح بالك للعفت



في كل صام

في كل شطة



أصبح بالك : انبوبة بلاستيك أحمر على ابيض  
بال فوز : قوى بالكوروفيل انبوبة بلاستيك  
أفضر على ابيض

لكل اسرة

لا تنسى أن تحدي وجهك أصبح بالك فوز القوي النض من للرجال

# اعقلوها وتركولوا...

الدين رسالة وليس صناعة .. والدين حق واجتهاد وليس استغلالا وامتهانا للمواطنين والمواطنات .

لقد كتب من باكستان من يدعى نفسه عالما يشتمنى فى كتاب ، ووقف منبذاً أسبوعين بعض من أئمة الجوامع مستغلين بيوت الله التى يتقدون أجراً من الدولة على احترام حرمتها يشتمون المطالبات بحقوقهن السياسية ويذيعون على من قصدوا الجوامع للصلاة عبارات فى حق نساء مصر لا يليق أن تصدر فى بيوت الله .

وهذا استغلال بلا شك للمكان والوظيفة تأبى طبيعة الاشياء أن يقره المستولون أو يرضوا عنه .

لقد ناصر قضيتنا خيرة من عرف التاريخ من رجال الدين والعلم ، من أمثال الشيخ محمد عبده ومولانا أبو الكلام آزاد وزيير معارف الهند الحالى وناقل القرآن من العربية الى الاردية .

وقد حاول المحافظون فى الهند أن يحدوا من حق المرأة وأثاروها حرباً شعواء فى برلمان الهند فوقف نهرو يدافع بحق عن كرامة نساء بلاده ، وانتزع من الاكثرية قرارات تحمى كرامة النساء ، وتمنع تعدد الزوجات بين الهندوس غير المسلمين ، ومن بين هذه القرارات حرمان الموظف من وظيفته اذا بنى بزوجة أخرى ، ولم يتعرض نهرو فى هذا التشريع للمسلمين ، وانما ضرب لهم المثل لعلهم يتأثرون خطباء ويقررون الحد من تعدد الزوجات .

ان الدنيا تسير ، وليس أمامنا الا أحد أمرين ، اما أن نعود القهقرى الى عهد الحريم وذل النساء ، كما يريد بعض أئمة الجوامع ومن يساندهم من رجال الدين واما أن نطلق نحو حياة أعلى وأسمى تفر للمرأة نصيبها فى الحياة والوجود ، وتسوى بينها وبين الرجل فى جميع الواجبات والحقوق .

أما الامر الاول فلا أمل فيه ، واذا كان الحصى يقف سريان النيل ، فسوف يقف أئمة الجوامع عجلة الزمن ، وأما الامر الثانى فالواقع وحده يفصح عن سيطرته على العقول والأفهام .

أبها الناس ، اعقلوها وتركولوا ، فحقوق المرأة أقوى من أن تعطلها الشتائم فى الهند أو مصر أو الصين ؟ ! ..

دريج جعفر

رئيسة التحرير



العدد ١١٧ - يولية سنة ١٩٥٥

العدد ١١٧ - يولية سنة ١٩٥٥

# بنت النيل السياسية

## أعرف في الدنيا ...

هي القوة الأولى التي تسند لبنان أخيراً يرحب فيها به •  
بيرون الآن •

فقد اعتبرت حكومة السيد صبري العسلي هذه البرقية تحدياً لها بعد أن أصدرت قراراً بعدم الترحيب بالرئيس التركي وقررت عرض الموضوع على البرلمان •

لقد تعرضت سوريا للكثير منذ أعلنت عن انضمامها إلى مصر والمملكة

يونس آيسر

تركزت الاضواء على هذه المدينة طوال شهر يونيو ، والسبب يرجع إلى القرار الذي أصدره الجنرال ببيرون وأيده فيه برلمان الأرجنتين ويقضي بفصل الكنيسة عن الدولة •

وقد أعاد هذا النزاع إلى الأذهان القصص التي ملأت العصور الوسطى ، والتي تحكى الصراع بين السلطات الدينية والزمنية ، والذي انتهى بشروق العصور الحديثة ونشوء القوميات •

لقد قامت ثورة من صنع رجال الدين في الأرجنتين ، البلاد الجميلة ذات المراعي الشاسعة والسهول النضرة فعمرت جوها • وتقول آخر الانبياء إن الرئيس الأرجنتيني قد ملك زمام الموقف •

إننا نحين ذكرى أيفسا بيرون الآن في هذه اللحظة رغم أنها ماتت منذ سنين ، فقد استطاعت وهي في قبرها أن تنقذ زوجها •

يكفى أنها هي التي أرسلت قواعذ نظام نقابات العمال في الأرجنتين وهذه النقابات

### اللاجئون العرب ... وهيئة الأمم

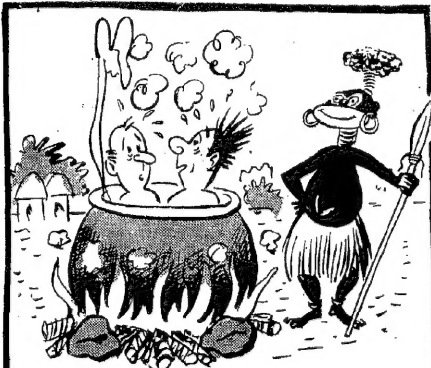
إذا ذكرت لجنة الأمم بمناسبة ميلادها العاشر مائة ومئتان ، قال بها بعض المسؤولين هنا وهناك • فمن العدل أن نؤرخ بهذه المناسبة فضل الهيئة في حل مشكلة اللاجئين العرب

ولعل هذا الفضل أبرز أعمال الهيئة العظيمة التي رعى صغيرها أن يشرذ مليون فلسطيني بلا طعام أو مال أو كساء ، وكانوا قبل تدخل هيئة الأمم في حرب فلسطين يعيشون سعاده في مدتهم • سادة في بلادهم •

لقد عاوت الهيئة على « تصدير » مليون فلسطيني من وطنهم بعد أن جردتهم من كافة حقوقهم • وقضت بهم حيازي هنا وهناك ثم علوت على « استيراد » مليون صهيوني ليحلوا محلهم ويستعمروا بخرات فلسطينيين انتزعوهم من أرضهم التي تقم رفات أجدادهم من الألسنين •

كان يود أن نذكر هيئة الأمم بالتخير • وتلق مع من وقف من المسؤولين نطلق لها الجحور ونسرح بعدها شاكرين • لولا أنها خيبت آمال العرب واذت كرامتهم بمعاملتها تلك اللغة الباغية ، التي قلقت بها الأمم من كل مكان • تشير في الشرق العربي أسوا الذكرى عن هيئة الأمم التي احتلوا بذكراها منذ أيام •

من يدري ؟ لعل هيئة الأمم تحاسب نفسها وتراجع مواقفها منا • حتى نستطيع أن نحفل بوجودها كما احتفل بها الذين اخادوا منها • وليس من العدل أن يطلب منها أن تعفي في صفوف المنافقين لنظيل لهيئة لم يبد منها حتى اليوم الاوغتها عن العرب وابنائها بإسرائيل « بنت النيل »



الرملة زرميل • أنت يا الله دست عرسية غارات  
أكلت الأرمم البشريه ... تقدر تعرف  
عابعلنا فيها ايه يمدكره م !!



إلربية السعودية في الميثاق العربي الجديد وقد استطاعت ولله الحمد أن تصمد في وجهه كل ما

تعرضت له ، ولا زالت ماضية قدما فيما رسمته لنفسها من سياسة . ومن أفغانستان ، من

مدينة كأبول عاصمتها التي تحيط بها الجبال والهضاب من كل النواحي ، أخذت أنباء وساطة الأمير مساعد آل سعود والقائمقام أنور السادات ترى ، هذا وينتظر ظهور آثار هذه

الوساطة في العلاقات بين البلدين قريبا ، ونرجو أن يكون ما حدث بينهما إنما هو « سحابة صيف بمن قريب تقشع » .

### سان فرانسيسكو

إن هذه المدينة الكبيرة التي تقع على الشاطئ الغربي للولايات المتحدة الأمريكية ذات ذكريات كبيرة لا ترتبط بالتاريخ الأمريكي فقط ولكن بالتاريخ الإنساني عامة . . . ليست هي المدينة التي اجتمع فيها ممثلو ٦٠ دولة لوضع ميثاق يعبره القوى المعنوية والمادية في العالم ضد الحروب ومن أجل السلام . .

لقد حدث هذا في سان فرانسيسكو منذ عشرة أعوام ، وقد احتفلت المدينة واحتفل معها ممثلو الستين دولة الذين وضعوا الميثاق بهذه الذكرى في العشرين من يونيو الماضي . .

وبنت النيل ترجو الأهم المتحدة في هذه الذكرى أن تؤدي واجبها في مستقبل الأيام على النهر الذي يحقق أهدافها والتزاماتها وتدعو الدول الكبرى إلى الدخول فوراً في مباحثات تنهى جو التوتر والقلق وحروب الأعصاب .

## في طوكيو

♦ يسعى كريشنا ميون السياسي الهندي المعروف للتقريب بين وجهات النظر الأمريكية والصينية حول الموقف في فرومزا ، وقد عرض نتائج مباحثاته مع رجال الصين الشيوعية على أيزنهاور ودالاس وحث الجانبين على حل المشاكل موضع الخلاف بينهما بالمفاوضات

♦ دعا أيزنهاور بمناسبة الذكرى العاشرة لعقد ميثاق الأمم المتحدة إلى الاستغناء عن التسليح بغض الزمن . وتعهد بأصلح في حدود مبادئ الأمم المتحدة على استبدال ميدان القتال بميدان المفاوضات السلمية المعقولة

♦ صرح السيد محمد نور الدين وزير الأشغال السودانية للسلي الغيل من منصبه بأنه لم يفكر في الاستقالة من الحزب النوفتسي الاتحادي ويعتقد أن الحزب هو حزب الاتحاد الذي يضم المتدانيين بالاتحاد مع مصر

♦ عسكر العلماء - الفرنسيون والانجليز - في علم طبقات الأرض بمدينة فوا الواقعة عند سفح جبال البيرينيه وقد انفخروا معسكرهم في مقبرة كبيرة تنفذ إلى أطول نهر تحت الأرض في العالم

♦ في نيويورك زوبعة بين الأطباء وبين بوليس مكافحة المخدرات فقد أعلن مجمع الأطباء الأمريكي أن خير وسيلة لمكافحة المخدرات بما فيها الخمر - في أمريكا - هي السماح للمدمنين بتعاطي كميات قليلة من أصناف رخيصة دون أن يكونوا في هذه الحدود الضيقة عرضة للعقاب

♦ تم اكتشاف حقول بترول هامة في الاتحاد السوفييتي ، ولاسيما في منطقة ستالينجراد حيث بلغ إنتاج البترول فيها في عام ١٩٥٤ أحد عشر مئلا كنان عليه في عام ١٩٥١

♦ سيقدم أحد النواب الجمهوريين بالكونجرس الأمريكي مشروع قانون عقوبة الإعدام على كل من يبيع المخدرات للأحداث . قال نائب مدينة هامبورج الألماني أن إعادة تسليح ألمانيا وتزويد الأنسى عشرة فرقة التي ستنتظم إلى حلف الأطنطلي يتطلب احتياج الجيش الألماني إلى ٥٠٠ تكتية جديدة ، ١٢٠٠ طائرة حديثة ، وثلاثة آلاف دبابة ، ومائة ألف سيارة عسكرية . وأضاف النائب الألماني أن بلاده ستستمدد على بريطانيا وأمريكا في سد حاجاتها العسكرية

♦ يبلغ عددا العمال الأمريكيين المتعطلين عن العمل الآن حوالي مليونين و٨٠٠ ألف ويتوقع أن يرتفع هذا الرقم إلى ما فوق ثلاثة ملايين بقليل . وفي الوقت نفسه يبلغ عدد الذين يشتغلون من العمال ٦٤ مليون شخص

♦ في خيبر من وكالة ناس السوفييتية للآباء إن محطة الانبعاث العلمية السوفييتية المسماة باسم «القطب الشمالي رقم ٤» والمبشاة فوق كتلة ضخمة من الجليد قد تعرتت ٤٠٠ كيلومتر في خلال الشهرين الماضيين عن مكانها الأول



الأمم ، تقع نهر داج الامم ماكزويسر من لهذه؟  
هذه ، الشكوكه يا اما !!

## السياسة الأنفة





## قول معاد

فان أخطأ أحدهما أو كلاهما فبإلواء مستورة ، ولكن البلوى  
أن تزل بنت من البنات ! ...

افتح عينيك حتى يسلم البيت من المضايقات ...

## ساعي البريد !

يقولون ان الطبقة المتوسطة أسعد الطبقات ، وقد رأيته  
وأنا منها في أيام القبط في القاهرة أعاني ذلا لم يعاناه  
سفرجى ولا طباط ، فقد فرضت لقصة العيش أن أكتب  
مقالات ومحاضرات ، والصحف والاذاعات تستعجلني وتهدفني  
تقطع الاجور والاعانات !! فجلست الى مكتبتي أياما كنت  
الدنيا أنفاسها فلا نسمة هواء ، وعلى أن أقدم المطلوب لأن  
ورائي أسرة تريد أحذية وجوارب وسائر حاجات الصيف ،  
والصيف طارق ثقيل الحاجات !!



وكتبت المطلوب ، وتناولت المحبوب ، وقدمته للام  
ولديها كأي ساعي بريد نشط أمين لا يحتج لنفسه حتى  
الطوائع المدفوعات ! وشكوت للطبيب اغماء تصبيني كلما  
جلست الى أوراقي فنصحتني - سامحه الله - بقضاء أيام  
في جبال أوروبا حتى استرد نشاطي الموهوب ولو أدى الامر  
الى الاقتراض !!

وسوف أنفذ أوامر الطبيب بنفس الطاعة التي أنفذ بها  
مطالب العيال ، وأنهم لا شك يريدون حياتي ، والا جاءت  
عليهم الفصول الاربعة بلا ثياب ! ...

## طلب سخي

تقدم طبيب تجاوز الثلاثين يطلب يد فتاة أعرفها بلغت  
السادسة عشرة منذ أيام ، فلما أجيب الى رغبته أبى أن يعقد  
عليها الا اذا انفرد بها لدراستها ، وهذا طلب معقول لو  
أن الخطيبة في سنه أو قريبة من سنه ، أما أن يدرس بنتا  
في سن ابنته فذلك غير مفهوم ، ويدرسها على انفراد !!



قرأت حديثا لشيوخ الازهر عن تعدد الزوجات ، وكنت  
أحب أن أجد جديدا في الرأي أو موضوعا للاجتهد بيد أنني  
وقفت للمرة المائة أمام القول المعاد في تفسير كلام الله  
سبحانه وتعالى فتفسيرا يختلف فيه كثير من الناس .



ان تعدد الزوجات يشجع على احكام الروابط بين  
الجماعات ! هذا ما قاله شيخنا الجليل ، وكأننا نعيش في  
البداوة حيث القبائل أفخاذ ويطون يحسن أن يلم شملها  
تتعدد الزوجات ، أو كأننا نعيش في مجتمع محجى ليس فيه  
من الحضارة وسائل تربط بين الناس أكثر مما تربط  
الزيجات الكثيرات !

هذا كلام يليق ببداوة الجاهلية ويحسن أن يقال لقيام  
كل ما يشغلهم الروابط والمصاهرات ، ولا يشغلهم في  
حياتهم الا الزوجات وتعدددهن في بيت واحد أو في أكثر  
من بيت ، ولا يحسن أن يقال لقيام نساؤهم اليوم طبيبات  
ومهندسات ومحاميات وصحفيات !؟ ..

## عيب المصيف

ستتناولين ياسيديتي هذا العدد وأنت في مصيفك ،  
وحولك أبناءك من صبية وفتيات ، فأحذري فتنة الشاطئ  
على كليهما ، فانها فرصة قد يتحرر فيها الصغار مما يخشاه



أباؤهم وأمهاتهم ، والبحر يخرج كل صيف بحصيلة من  
الانصرار تصخب بها المجتمعات حين يقبل الخريف وتضئ  
النزوات ، وقد يخلو البحر وفتنته آثارا على كثير من  
الفتيان والفتيات !

اني أنصح بالخذر من اطلاق الحسيات بلا رقيب أو  
حسيب ، وأنصح مخلص النصح ولا يدفعني الى ذلك عقد أو  
ذكريات ، فقد رأيت مآسى في شباني ، ولي اليوم صبيان ،

ان مثل هذه الفتاة كالعجيبة يمكن علاجها على ما نهوى ونشاء ، وهي بلا شك لا تعرف من الدنيا شيئا ، وبحسن أن ترسم لها الخطوط في حياتها الجديدة بالطريقة التي ترضى الخطيب ، لانها هي نفسها لا تدري من الامر شيئا ، ودراستها على افراد بدون تجارب وبدون علم بالحياة لن تكشف له الا سذاجة تستحق العطف وقد تدعو الى الرثاء !

لو كانت بنتي لأدبت الرجل لان يطلب الخلوة من عصابة بحجة سخيفة ، ان هذه السن لا تعرف الملح ولا الضحكة ولا ما فوقهما من حركات ! فاي دراسة يريدها العقل من وردة لم تفتح بعد منها الاكام ؟

### بشائر النجاح

سرني وأنا أقرأ المقالات التي كتبت في نظام الحكم بعد فترة الانتقال أن معظم أهل الرأي قد أشاروا الى حق المرأة في الترشيح والانتخاب ، وهذه علامة على أن نضج الشعب لا المرأة هو الذي جدير بالذكر والاشارة .

ان الشعب الذي يرى رجاله حق نسائه في الوجود والحياة شعب متحضر بلا مرء ، وخاصة أن نسائه يعملن في سبيل مجد البلاد بنفس الهمة والنشاط والاخلاص الذي يبذله الرجال ، ويعملن في كل مكان وفي كل صناعة وفي كل فن على نطاق لا يمكن أن يتم فيه الزواج بغير النساء .



لا شك عندي أن المرأة سيكون لها مكانها في البرلمان المقبل ، وسوف نسمع صوتا رقيقا ساحرا يربط من وقع الاصوات الخشنة التي لم يسمع لغيرها صدى في جنبات الحرم الكبير .

### في بيوت الله

لست أدري كيف يسمح لأئمة المساجد أن يعلنوا من على منابر بيوت الله أقبح النعوت لخيرة سيدات المجتمع ؟ ثم كيف يجوز لنا أن نقف من على نفس المنابر ونرد اتهامهم ، حتى يحكم الناس لنا أو لهم ؟ ألا نهم خطباء موظفون ؟ ومنذ متى ساد الموظفون على سائر المواطنين ، ومنذ متى استغلت بيوت الله هذا الاستغلال البغيض ؟



انا نكتب لسيادة الشيخ الباقرى ، فهو رجل مؤمن بحقوق الناس وكراماتهم ولا يرضى أن تقسم نساؤنا في مكان لا ينبغي أن يذكر فيه الا اسم الله وبيته وما حض عليه الدين من التعفف في القول والحديث ..

سر من أسرار جمالك :  
المحافظة على  
شباب بشرتك !



ذلكي بشرتك بأستفهام  
بكريم سوليا فبينه  
يصونها من تأشير  
الشمس والرياح .  
زيت سوليا ينزف  
المحافظة على البشرة  
وعلى الأخص من  
شمس الصيف وحرارته

S.S.7



كريم  
سوليا

كل النام تعجب  
بالبشرة الجميلة

استاج مصانع بيوزد ورف . هامبورج . ألمانيا  
١٩٦٥

للجرح

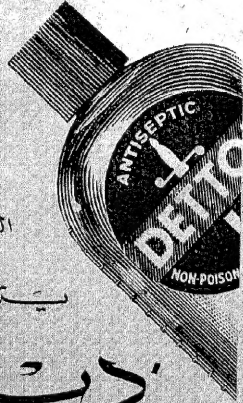
أو الخدش

الذي قد

يفتح

ديتول

المطهر العصري  
نظيف . ماموت . مبيد  
للجراثيم . لا يؤلم . لا يبقع



# الحياة في شهر

لصالح جمعية الشبيبة . اما الثانية فقد اتخذت مقرها في حديقة السفارة الامريكية وثالثة تلك لحفلات كانت الحفلة التي اقامها السويسريون في مصر وقد اطلقوا عليها اسم «الحفلة الريفية»

وامتازت حفلة السفارة الامريكية بالطابع الشعبي وقد حضرها خمسة الاف شخص وقضى السفير الامريكي وزوجته مس بايرود الوقت في وقت كله بين المشتركين في الحفلة وقد قام بتنظيمها طالبات وخريجات الجامعة الامريكية بالقاهرة وبعض سيدات المجتمع المصري نذكر منهن السيدة قرينة حسين شريف والانس سعاد ثروت التي حاولت ان تعمل في السينما . وهي اليوم قد قصرت مجهودها على الباليه اما حفلة السويسريين فكان الاقبال عليها اقل نسبيا ذلك لوقوعها في نفس الليلة التي اقيمت فيها حفلة الامريكيين وكان الوقار والاستقرائية طابعي هذه الحفلة التي حضرها وزير سويسرة المفوض والسيدة قرينته . وقد ارتدت السيدات ملابسهن الوطنية وقدمن للحاضرين الطعام السويسري

• سافرت في خلال شهر يونية الماضي سفيرتان اجنيتان وهما الالمان ستيفنسون التي امضت في القاهرة خمس سنوات وسفيرة اندونيسيا السيدة عبد القادر التي قضت ثلاث سنوات في مصر

وكانت قرينة سفير بريطانيا غايه في الاناقة والجمال على الرغم من سنها وكانت تظهر على وجهها علامات البشر والسرور . وتقول السيدات المختلطات بها انهن لم يرينها مقطبة الجبين طسوال السنوات الخمس التي امضتها في بلاد الفراغة

وقالت سفيرة اندونيسيا لندوبة بنت النيل انها تافد مصر وهي ترجو من كل قلبها ان تنال المراه المصريه حقوقها كاملة غير منقوصه وقد اقامت قبل سفرها حفلة كوكتيل راقصة . والمعروف عن الاندونيسيين انهم يحبون الرقص ويعتبرونه عملا مقدسا

## حفلات الخمر

• وفي خلال شهر يونية المنصرم اقيمت ثلاث حفلات خمرية . كانت الاولى في نادي سبلي مصر الجديدة



جانب من الحضور

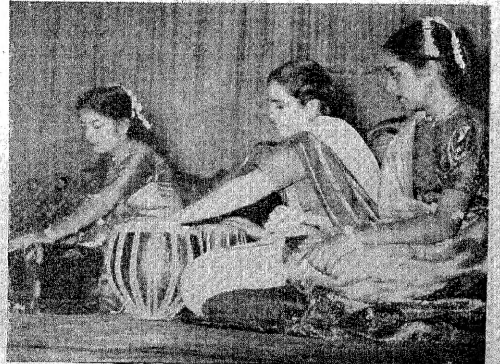


الفنانة الصغيرة ليلية

الباليه الهندي

حرم حسين سري

السيدة حرم نجيب الراوي





السيدة تكتي عبد القادر



السيدة حرم سفير الهند



الليدى ولف ستيفنسون



السيدة انديرا غاندى

### وداع

♦ كان المجتمع مدعووا خلال الشهر الماضى الى الحفلات التى اقيمت تكريما للسفير البريطانى السير ستيفنسون والسيدة عقيلته. وقد دعت السيدة قرينة الرئيس السابق حسين سري الى حفلة عشاء ساهرة لتوديع زوجة السفير وهى من صديقاتها الحميمات . وحضر هذا الحفل عدد كبير جدا من السفراء والسفيرات ورجال سيدات السلك الدبلوماسى

واقامت اسرة امين فكرى حفلة كوكتيل في فيلتهسا الابنية بحدائق القبة . وقد لبي الدعوة كبار رجال المال والأعمال وقريناتهم وشوهد ضمن الحاضرين سفراء

السيدة حرم وژر البابان

### السارى الاحمر

استقبلت مفوضية اتحاد جنوب افريقيا وزيرا جديدا وقرينته وهما السيد فيليه وحرمة ويقول عنهما كل من قابلهما انهما لا يفلان ظرفا ولطافا عن سلفيهما . وهواية ممثلى افريقيا الجنوبية الحفلات . وقد اقامتا حفلة ساهرة راقصة بحدائقه المفوضية بالدقى احتفاء بعيد ميلاد الوزير وكانت عقيلة سفير الهند مرتدية سارى احمر ولبت الدعوة ايضا الانسة راجية ويصا وعمتها السيدة ماري ويصا وارتدت المسز بايرون ثوبا من التول الوردى . ولوحظ ان عدد المصريين والمصريات الذين

السيدة ناديا بدروى

دعوا للحفلة كان صغيرا جدا وقالت لى احدى الحاضرات ان الوفاق على آتمة بين اعضاء السفارتين الانجليزية والامريكية منذ ان وصلت مسز بايرون الى مصر

### حفلة دبلوماسيه

دعا الاستاذ مصطفى القونى سفيرنا فى موسكو والسيدة قرينته عددا كبيرا من كبار الشخصيات الى حفلة ساهرة اقاماما فى شقتهم بالعجوزة . ولبي الدعوة السفير الامريكى وقرينته والسفير العراقى وقرينته والسيدة خيرت سعيد والسيدة مائسة عزب وجميع سيدات السلك السياسى . وكانت مسدام جيليه ترتدى ثوبا من نسيج القطن القلم اما الذكواتيه فمطلى بالظيفة الحمراء

هيلين كيلر

### في صحبة والدها

صاحبت انديرا غاندى والدها الرئيس نهرو وجميع اسفاره السياسية . . وهذا دليل جديد على شدة تقدير الهنود للنور الذى يمكن ان تلعبه المرأة فى حياتها السياسية والاجتماعية . . ان الهند سائرة فى طريقها لتكون فى مقدمة الصفوف . . ان مقياس تقدم الشعوب هو مقدار المسؤوليات المعطاة للمرأة

### اتحاد بنات النيل

#### في الاسكندرية

يعتزم اتحاد بنات النيل بالاسكندرية اقامة حفلة ساهرة فى موسم الصيف الحالى ومن المنتظر ان يشهد الاقبال عليها

(( البقية على ص ٩٢ ))

حفية سيسل دى ميل



# مختفى علومنا ذلك التاريخية



١ - الباكستان أول دولة إسلامية اعترفت بالحقوق السياسية للمرأة .  
وانتخبت سيدة وكالة للمجلس التشريعي ، وهذه السيدة هي :  
أ - البيجوم لياليت علي خان .  
ب - البيجوم جيهان اراسانوار .  
ج - البيجوم آغا خان .



٢ - البرلمان في العجينة من نوع خاص فهو برلمان تمثيل يجتمع فيه زعماء القبائل والعشائر . ويعتبر لهذا السبب :  
أ - مجلسا للعرش .  
ب - مثالا لوحدة الشعب .  
ج - مثالا للقبائل والعشائر .



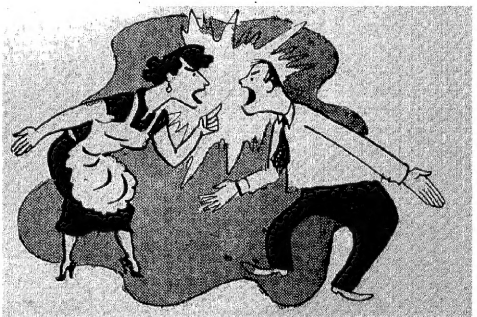
٣ - البرلمان في اسبانيا برلمان نقابي مكون من أعضاء تنتخبهم نقاباتهم وهؤلاء يكونون لجانا فنية تدرس ما يعرض عليها من مشروعات ما اسم هذا البرلمان ؟  
أ - الكورنيز .  
ب - الرايغستاغ .  
ج - الدوما .

## من نزل فيما لا يفيءه ...

اوجت الى بفكرة كتابية موضوع هذا الشهر زوجة صغيرة شابة لم يمش على زوجها بعد سوى عام واحد ...

اغرناها منذ ان كانت صبية يافعة لم تكتمل انوثتها بعد ، وكانت ابرز خصاها في ذلك الوقت الهدوء والعقل حتى كان المثل يضر بخصاها هذه ، وكانت كافة الامهات من الجيران لا يطلبن من بناتهن سوى النظر اليها والتخلق بخلقها ...

وتزوجت ، ودخلت في طور جديد من اطوار حياتها ، وابتدأت مسئوليات جديدة تلقى على عاتقها ...  
وسالتها عن رايها في الزواج بعد ان مارسته سنة كاملة ... فقصت برهة قليلة ثم قالت :  
« الزواج ليست تلك الاحلام والخيالات التي كنت اتخيلها وأنا لا زلت بعد فتاة ... »  
واستفهمت منها ، هل معنى ذلك انها غير سعيدة في حياتها الزوجية ؟ ...



فبادرت على الفور تنفي هذا المعنى الذي قفز الى خاطري ، واندفعت تفسر ما تعنيه :

كنت وأنا فتاة « على البر » اتخيل الزواج أنشودة جميلة ، يترنم بها الزوجان في عشمها الجميل ويردد معهما مقاطعها أطفالها ، وكنت أحسب حياتي التي كنت أحيائها في منزل والدي لن تتغير بل مستزداة بهجة وسرورا ...

وتحقق لي هذا الاعتقاد في الأشهر الأولى من زواجي ، ولكني ابتعدت أحس باحساسات جديدة ، وابتدأت أغير كل ما كنت اعتقده ...

وجدت نفسي مطالبة بتوفير أشياء كثيرة ، كنت أنا نفسي أطلب بأن تتوافر لي وأنا فتاة ...

واجهنتني صعوبات جملة في الضغط على نفسي حتى أستطيع أن أواجه هذه المطالب ، وأن أرضى شريك حياتي ... ونجحت بعد تجارب كثيرة . وبعد أن كدت أفقد أعصابي أكثر من مرة .

والكل يعلم أن الفتاة تدخل في بيت الزوجية وهي

جاهلة بالكثير من طباع زوجها ، والصبور المشابرة هي وحدها التي تعتبر الشهور الأولى للزواج شهور دراسة وملاحظة ... وقد لاحظت بالفعل أشياء كثيرة ، وبدأت أدرس كل ما من شأنه أن يقرب زوجي الى ويجعلنا وحدة واحدة منسجمة لا شخصين مختلفين يعيشان تحت سقف واحد ولا تربط بينهما سوى ورقة أو عقد كتبه المأذون وشهد عليه الأقارب والاصدقاء .

وكانت المشكلة الكبرى التي واجهتني هي أن زوجي كان يتدخل في كل صغيرة وكبيرة تعرض لي ... كان يهرع على الفور الى أيدي رايه ، ويطلب بأن أقوم ( بكذا وكذا ) دون أن ينتظر رأيي أو يحسب لتفكيرتي حسابه ...

كانت لدينا خادمة صغيرة السن ، وكنت أعاملها معاملة حسنة ، ولكن زوجي لم يكن يرضيه أن أستقل بكل ما يتعلق بشئوننا فكان يطلب مني أن أطعمها ، بينما تكون الخادمة قد تناولت طعامها بالفعل ، وكان يطلب مني ألا أرسلها الى البقال في الوقت الذي



# كوفي أنيفت دتمنى براحتك



تتالي قسطاً وافرًا من السعادة في الروا الطليق  
في أوجل أوقات السنت  
بالموافقة على عينيك الجميلتين  
واختبار دأماً الأوص من عند  
الأخصائي في النظارات الطبية والشمس

## محمد ظاهي

١٧١ شارع محمد زيد عمارة الطالب ب ٥٦٤١٩  
الكويت ٩٩٠٩١٠٠٠ شارع منة غلوك أم ترازو ٢٢٠٧٠



٥ - بدأت معركة الدستور في  
بريطانيا بين التبراه والمك في سبيل  
مقاسمة السلطة والثروة . وحصل  
التبراه على عهد من الملك يفر لهم  
فيه يحقوقهم . ما اسم هذا العهد ؟  
أ - العهد الاعظم .  
ب - عهد الدستور .  
ج - الماجنا كارتا .  
( الاجوبة الصحيحة ص ٩٢ )



انتسا مصطفى كمال اتاتورك برلمانا  
بحزب واحد . ما اسم الحزب الذي  
تألف منه هذا البرلمان ؟

- ا - الحزب الطوراني .
- ب - حزب طودة .
- ج - حزب الشعب .

هذه الامور الصغيرة لان  
معظم النار من مستصغر  
الشرر ...  
وكان معنى ذلك أنه لايتق  
في ... وواجهته بذلك  
قلوب الامر ، واتهمني بأنني  
أغار عليه حين يجالس من  
يزرنني ...  
ووجدت أن المناقشات  
والمنازعات مستطول بيننا ،  
فسألته سؤالا وحيدا أنه  
المناقشة هو :  
- ليس من حق الزوجة  
أن تغار على زوجها ؟  
فصمت ، ولم يرد ولكني  
فهمت أني أفضيت غروره ،  
وأشعبت كبرياه ، وفي  
نفس الوقت وصلت لما أريد  
ولم أطور المشكلة إلى الحد  
الذي يضخمها ويعقدها ...  
وانتهى حديثنا عند هذا  
الحد ، وفهمت منها أنها  
سعيدة في حياتها الزوجية  
لأنها استطاعت أن تكون  
مرنة ، وأن تفهم زوجها  
حقوقها وواجباته بالطريقة  
الواجبة ... الطريقة التي  
لا تجرح الكبرياء ، والتي  
ترضي الغرور ...  
أرجو أن أكون قد أفتك  
... وأرجو أن تستطيعي  
مواجهة كبرياه وغرور زوجها  
مثلما واجهته هذه الزوجة  
الشابة .

أكون فيه في أشد الحاجة  
إلى شراء حاجة من الحاجيات .  
وصبرت فترة على هذا  
التدخل في شئوني حتى زاد  
ثم انفجرت مطالبة بتحديد  
اختصاص كل منا ...  
« ألسنت أنا «ست البيت»  
... ألسنت أنا المسئولة عن  
تدبير شئون منزلي ...  
اذن فانا أطالب بالآ تدخل  
في كل ما يتعلق بتسيير  
دفة المنزل ... وكل ما لك  
هو أن تأتي فتجسد بينك  
منظما ، هادئا ... وغذاءك  
جاهزا ، وكل ما تريد  
حاضرا ...

ولم يستطع زوجي أن  
يواجه منطقي وحاول أن  
يتهرب من مواجهة الاحراج  
الذي سببه لنفسه بطريقة  
أو أخرى ...  
ولم تنته المشاكل عند هذا  
الحد فقد نبتت مشكلة  
أخرى هي أن زوجي كان يصر  
حينما تزورني صديقة من  
صديقاتي أو جارة من جاراتي  
على مجالستها وكانت حجته  
في ذلك أنه لا بد للزوج من  
أن يختار بنفسه صديقات  
ومجالسبات زوجته ، وأن  
الزمن الذي نعيش فيه  
لا يحتمل التهاون في مثل



## نجاح زوجهك في الحياة موقوف عليك

### سعيد في مملكته الصغيرة

لكي يشعر الرجل بأنه في منزله وأنه سعيد لا بد من أن نهيم، له ركننا مريحاً حيث يكون في استطاعته أن يحتفظ بوجه الشخص: فيكس كتيبه كيف يشاء ويحفظ المجلات والمصحف القديمة التي قرأ فيها يوماً ما شيئاً أعجبه ويريد العودة إليه. فهذا شأنه. أنه يعرف أين يجد الورقة التي يريد من بين مئات الأوراق المبعثرة. فلا تضغى أفك في شؤنه وتحاول تنظيم « هذه الفوضى » التي يعتبرها « نظامه » الخاص.

إن الرجل الذي يحب منزله يكون سعيداً بدعوة أصدقائه بين حين وآخر. ولكن توجد زوجات تكره هذه الدعوات وتعتبرها من ضمن مآسي الحياة الزوجية. والعشاء البسيط يتحول إلى عذاب أليم. وحين يحل اليوم الموعود تنهار أعصاب الزوجة ويتغير لونها مما يجعل الزوج يعدل عن استقبال أصدقائه عنده.

إن كل ما يطلب إلى الزوجة هو أن تعرف كيف تنظم أعمالها. فالمرأة الناجحة تعمل أولاً على اقتناء الأدوات المنزلية التي تسهل العمل واعداد وجبة طعام بسيطة لا تدخل فيها الأطعمة التي يصعب تحضيرها أو التي تكون في حاجة إلى مهارة خاصة. ويجب على المرأة ألا تغضب بدون سبب وألا تتضايق لأن الحساء الذي جهزته لم يصل إلى درجة الكمال. وألا تنتظر اللحظة الأخيرة لتبدأ العمل بل يجب البدء في التجهيز قبل ذلك بيوم وخاصة الأطعمة التي يمكن طهيها مقدماً.

إن الرجل الذي يشعر بالسعادة في منزله ينتج عشرة أضعاف أي رجل لا يشعر بهذه السعادة. إن المرأة المرحبة المتفائلة تستطيع بكلمة واحدة أن تمحو القلق الذي قد يبدو على زوجها.

إنها تستعمل على أن تكون جميلة في كل مساء. وأكثر ما يضايق الزوج أن يرى زوجته مثقلة بأعمال المنزل. منسياً وطريده منزله. وهو يفضل ألف مرة أن يدفع أجراً لخدمة تساعد زوجته على أن يراها تتحول وتقفد جاذبيتها وأنوثتها.

إن الرجل الراضى عن مملكته الصغيرة وعن حسن إدارة زوجته لها يخرج كل صباح من منزله وفيه من النشاط ما يمكنه من التغلب على جميع العقبات التي تعترضه. وحين يشعر بالتعب من جراء الأعمال الكثيرة التي يجابها فإنه يفكر بسعادة في الناحية الأخرى من حياته الجيدة إلى نفسه التي سيجدها مساء عند عودته. إنها المكافأة اليومية وسر تمسكه بالحياة وكفاحه من أجل لقمة العيش.

### نجاح زوجك في الحياة موقوف عليك

كتبت هذه النصائح لنساء العالم السيدة دوروثي كرنجي زوجة العالم النفساني الأمريكي الشهير ذيل كرنجي. كوني رقيقة القلب، ناعمة، لطيفة ليكون زوجك سعيداً وينجح في عمله نجاحاً باهراً.

أن تكوني ربة بيت وربة بيت فقط لا كبر دليل على حبك لزوجك. ولكني أعرف ربات بيوت من الطراز الأول وهن مع ذلك لا يجلبن إلا التعاسة لأزواجهن. ذلك لانهن يمنعهن من التلصص خوفاً من أن يسقط رماد السجائر على الأرض وينتشر في الغرفة فيوسخها. ولانهن يصرخن غاضبات لأن الزوج المسكين يعد أن قرأ صحيفته تركها مفتوحة بلا عناية على المنضدة الصغيرة الجميلة التي اشتريت أخيراً.

لقد لاحظت في أغلب الأحيان أن الزوجات يعسدن بيوتهن بالطريقة التي تريحن دون أن يبالين برغبات الأزواج الذين يكدون ويتعبون طول النهار.

إن قطع الأثاث القابلة للكسر واللامشمة الرقيقة الناعمة والأشياء الصغيرة التي لا يجرؤ الإنسان على مسها تقيد حركات الزوج في المنزل. ذلك الزوج الذي يحلم أننساء عمله المضني بالعودة إلى المنزل وأن يتمدد على كرسي وثير بحيث يكون في متناوله يده طفوفة سجائر كبيرة. وأن يلهو بجرائده ومجلاته دون أن يبال أن كان ذلك يبعث الفوضى في المنزل. وسوف تتم سعادته لو استطاع أن يضع ساقيه على منضدة أو مقعد للبريق جسمه من عشاء العمل اليومي.



تعمل مثل توكس أقوى ضرراً تعمل مثل توكس أقوى ضرراً



إن امتدادك لصفات زوجك يضطر الناس آخر الامر الى الاعتقاد بصحة ما تقولين . ان الرجل يخجل عادة من أن يفرض على مستمعيه ما قام به من جلائل الاعمال . ولكن المرأة لا يحمر وجهها بخجل من التعقيب على ما أصابه زوجها من نجاح سواء كان هذا الزوج بائعا في أحد المحلات التجارية أم استادا في الجامعة .

أدعي انه مدعش وحاولي ما استطعت أن تخفي تقسط ضعفه . فان كان من الذين ينسون بسرعة كونهم مفكرته وان كان ينسى أسماء الناس بادري الى تذكره بهم حتى لا يقترب ما يكدر الاصدقاء .

وأخيرا فلا تجبريه على معايشة الاشخاص الذين لا يحبونه احبطه بالذين يقدرونه .

واذا ما تقدم العمر بزوجة اعنى بصحته . اننا لا نأكل في سن الخمسين ما كنا نأكله ونحن في سن العشرين . وعلى الزوجة أن تصحب زوجها الى الطبيب بين حين وآخر ليفحصه فحصا دقيقا ويصف له النظام الغذائي الذي يجب أن يتبعه . وعليها أيضا أن تقتعه بالاخذ الى الراحة ان كانت ضرورية والا يجهل صحته .

انك تحبين زوجك وتفهمينه وتساعدينه وتجعلين غيره من الناس يحبونه . هذا جميل جدا . ولكنه لا يكفي . لقد كتبت أرملة حزينة الى أحد اصدقاء زوجها المتوفي تقول : « انه لم يعرف أبدا الى أي حد كنت أحبه ، وأى مكان كان يحتله من وجودي » يا لها من ملاحظة غريبة !



واضطرت إحدى السيدات الى العمل ليأخذ زوجها المريض قسطا كبيرا من الراحة حتى يبل من علته . فهنأه أحد أقربائه يوما بزوجه التسامح العملي . ولكن المرضي أجابه بحزن طاهر : « نعم انها تستحق الاعجاب » واني أعتقد بأنها تفعل ذلك لأنها تحبني .. ولكنها لم تقله لي أبدا » ان جميع الناس العاديين في حاجة الى الحب والعطف ولكن ان كان هذا الحب أو هذا العطف لا يعبر عنها بشكل طاهر وواضح فانها لا يؤثران في القلب الا بقدر يسير . ان الرجل المتعلق بامرأته لا يبل أبدا من سماع هذه الجملة من فم زوجته : « اني أحبك كثيرا يا حبيبتي » . ان هذه الجملة الطامس السحري الذي يطيل السعادة الزوجية ويحفظها الى أن ينتقل أحد الزوجين الى العالم الآخر .

سواء كان الرجل بائع سمك أم صانع أحذية أم بحارا أم رئيس مكتب أم رئيس الوزراء فان حظه في النجاح يكون أكبر لو كان طريفا .

ان أردت اذا أن تساعد زوجك على النجاح في الحياة كان عليك أن تجعله طريفا .



هناك أزواج يبدو عليهم التناثر . فهو كالدب في وحشيته وهي مثال الانوثة والجادية والبهجة . ويتسائل الناس كيف استطاعت هذه المرأة أن تنسجم مع زوجها وتجه كل هذا الحب ؟ لا بد أن يكون لهذا الرجل بعض الصفات الطيبة غير الظاهرة للعيان . ان على الزوجة أن تقتنع الناس بحقيقة طبيعة زوجها . فقد يكون من النوع الخجول . أو قد يكون من النوع الذي لا يثق بسهولة في غيره . ان دورها صعب للغاية . ولكن في مقدورها ان تصنع العجائب بان تجعل من زوجها الرجل الذي يحبه ويقدره الجميع لا اكراما لها فحسب بل لانه فعلا الشخص الطيب القلب الذي حالت الظروف بينه وبين اظهار هذه الطيبة للناس .

### حبيبي زوجك الى الناس

ليس في مقدور الرجال جميعا أن يلمعوا في المجتمعات . ومن الملاحظ أن الرجال الأكثر ذكاء والأكثر ثقافة هم أقل الناس بروزا في المجتمع . فعل الزوجة إذن أن تعالج هذا النقص بإثارة موضوع تعلم أنه موضع اهتمام زوجها فيندفع في الكلام ويبلغ اليه الانظار .

عرفت زوجة شابة لاحظت أن زوجها يخيف محدثيه فينفرهم منه بوجهه الكالح . وكان ظهوره كافيya لمنسح الضحك وتحويل الجو المرح الى جو جامد . فما كان من هذه المرأة الذكية الا أن سارعت الى اصدقاءها وصديقاتها تطمينهم الى أن عامل الخجل والخوف من مضايقة الغير هما اللذان يدفعان زوجها الى اضعاف هذه التكميرية على وجهه وأكدت لهم أنه ألطف الأزواج وأحسلاهم معفرا . وبدأ الاصدقاء والصديقات ينظرون الى هذا الزوج نظرة جديدة تختلف عن النظرة الاولى .

سجل كل توكس أقوى سجل كل توكس أقوى

# في ضيافته بنت النيل

عليه أخوها •  
وتقوم وزيرة الصحة في  
الهند بدور كبير جدا • فقد  
القت عليها الحكومة عبء  
العناية بصحة ٣٦٠ مليون  
هندي • إنها بلا شك مهمة  
شاقة للغاية • والهند تعرف  
ذلك • ولكنها تعرف أيضا  
أن الدكتورة سوشينا هي  
خير من يتحمل هذه  
المسئولية ويسهر على صحة  
الشعب الهندي ويعني بتوفير  
العلاج له •

وقد استطاعت على الرغم  
من كبر المسئولية الملقة على  
عاتقها أن تضطلع بالمهام  
الملقة على عاتقها • وهذا  
برهان جديد على أن المرأة  
في إمكانها أن تقوم بالمعجزات  
إن اتبحت لها الفرصة • • •  
لقد تكلمت الضيفة الكريمة  
عن العقبات التي اعترضت  
طريقها في أول الأمر وعن  
الظروف العاكسة التي  
جابهتها والتي اجتازتها  
بسلام بفضل قوة إيمانها  
بالشعب الهندي وبفضل  
المساعدات الطبية التي  
بذلها المحيطون بها من  
الرجال والسيدات على حد  
سواء •



الضيافة الهندية الكريمة بين السيدة منيرة ملكى وطبيبة هندية

كلها للقضية الهندية ودافعت  
عنها دفاع المستميت حتى  
نالت حريتها كاملة غير  
منقوصة • ولم تكن سوشينا  
الوحيدة في أسرتها في دفاعها  
عن وطنها • فإن شقيقها  
كان اليد اليمنى لفاندى  
وسارت هذه الطبيبة البطلة  
على نفس النهج الذى سار

صحته طوال فترة كفاحه  
ضد المستعمر • ومشاركته  
في كفاحه وقدمت الى المحاكمة  
وحكم عليها بالسجن سنتين  
أمضتهما في نفس الوقت  
الذى كان يقضى فيه غاندى  
عقوبة سجنه •  
والدكتورة سوشينا غير  
متزوجة • وقد وهبت حياتها

في خلال شهر يونية  
المصرم استقبلت الدكتورة  
دريه شفيق بمنزلها الطبية  
المعروفة الدكتورة سوشينا  
نيل وزيرة الصحة بنيدلوى •  
كانت الدكتورة سوشينا  
الطبيبة الخاصة للزعيم  
الهندي الراحل المهاتما  
غاندى • وقد سهرت على

الدكتورة سوشينا نيل مع السيدة نادر صبور الام المثالية  
سنة ١٩٥٥

الدكتورة كوكب حنفى ناصف مديرية مستشفى كشنر مع احدى  
زميلاتنا أثناء العمل



# المراة والرجل

بقلم حكمت الاسعد

ارسل اليها هذه الكلمة  
الاستاذة حكمت الاسعد  
الموظف في وزارة التربية  
الوطنية بيروت

هذه البسمة الحلوة على  
نفس الزمن ، هذه الانوار  
الوضاعة في معصات القدر ،  
هذه البهجة الخفاقة في قلب  
الحياة ، انها المراة : بنيت  
الحنان واخست الرحمة  
ورفيقة الحب والوفاء .  
حملت في حضنها الدافئ  
انسان الوجود ، وهزمت  
بيدها الرقيقة سريرا الطفولة  
البريئة ، انها لحن السماء  
تردد بصوتها الرخيم الحان  
البهوى والجمال ، فكمن بعثت  
آمالا عصفت بها القسوط  
وانعشت روحا عذبها  
الحرمان .

هذه المراة وصفتها انها  
«ام الجرائم» ونسوا انها  
الهبة العلوية التي خصصها  
الله بها !

انهموها بالمكر والخداع ،  
ولو انهم اضعفوا لانهموا  
تعاليمهم الساطئة المفسلة !  
اضفوا اسمها في سجل  
«العار» ولكنهم لو ادرسوا  
حقيقتهم لعرفوا انها  
«الفضية» التي قدموها  
قربانا على مذبح الشهوة  
الحمقاء ، اذلو شأنها  
واستضعفوا كيانها ، ولكنهم  
جهلوا انهم يضعفون في شأنهم  
فهي منا والينا ! في احشائها  
اولى انتفاضات الحياة وفي  
اعماقها اسرار هذا الكون  
التصارع مع نفسه .

هذا المخلوق الطيب الفريزة  
والمرهف الاحساس كان وما  
زال هدفا للمؤامرات الدنيئة  
وضحية رخيصة للشباب  
الفادرة التي كان يسججلها  
اشباه الرجال ، فما برزت  
خيوط دسيسة او مكيدة  
الا وقالوا : «فتش عن المراة»  
حتى اذا انجلت الحقيقة تبين  
انهم جاؤا بها مكرهة غير  
راضية ، فخدعوها ودفعوا  
راضية ، فخدعوها ودفعوا  
بها عبر الكافد والقوها لكمة

الا تشعب نهم الرجل المغرور  
لعله يتأذى أو يستيقظ في  
ضميره احساسات الواجب  
والتقدير

هذه المراة التي ارتقت  
سلم الفضائل بجلد وغبطة  
قد اثبتت انها لا تقل قدرة  
عن الرجل في معتركات العمل  
والواجب ، ففرضت  
وجودها رغم مرارات الالم  
الذي تقاسيه

انها تتأذى اليوم الى  
مؤازرتها في معركة «حقوقها»  
معركة نحن اردناها لها ،  
وسطرنا ونبتغتها فخاصتها  
معنا باذلة مضحية ، فلنعبد  
ان قضيتها حق ، انها قضية  
المجتمع المضطرب والجيل  
الحائر . والنضدها باخلاص  
وايمان حتى تتحرر من قيود  
الجور وتنهض في هذا المساء  
التي حينها نحن فصولها ،  
وليعلم كل مكابر ان هذه  
المساء لن تقف عند حد  
المراة بالذات بل انها قد

## نزلاء

ان الشعب الجزائري يوجه نداه ملحا الى جميع  
المناهضين للاستعمار في العالم كله لكي يبادروا في  
المدة من ٥ الى ١١ يوليو التحال الى اتخاذ اعمال أو  
مساع أو ندوات ٠٠٠ الخ لكي يسمع صدى تعاونهم  
في الجزائر ويساعد على تقوية المقاومة التي يبذلها  
الوطنيون الى ان يفرض على المعتدين الاستعماريين  
حلا سليما للمشكلة الجزائرية .

تلتهم مجتمعا بأسره ،  
فلتندركها نحن الرجال ،  
اذ لا يجوز لنا بعد اليوم  
الا ان نعترف بشرعية حقوق  
هذه المراة التي اظهرت في  
مختلف ميادين العمل  
والاختصاص والانتاج قدرة  
مساوية لقدرة الرجال احيانا  
ومتفوقة عليها احيانا ،  
فلترفعنا اذن الى القسام  
الخليق بها ، ولتقر مساواتها  
في حق الارث وفي ارادة  
الطلاق وفي اجور العمل  
للمثال ، «هذه القضايا  
الثلاث مانوال هناك تشريعات  
تفرق فيما بين الرجل والمراة»  
وقد صار لزاما على الفقهاء  
والمشرعين ان يحرروا قلوبهم  
ويوسعوا اجتهاداتهم ووفقا  
لتطور الحياة وارتفاع  
مستوى المراة . وانها بالجمعية  
وانه لغبي واى غبي ان نظل  
مقول الفقهاء مفيدة بحرية  
التصوص دون الانطلاق الى  
روح الشرائع للاقرار بحق  
المراة وهي انسان في ان  
تساوى مع الرجل في المرات  
وان تكون لها الارادة  
الصحيحة في اختيار الطلاق  
فلا يبقى هذا الحق احتكارا  
للرجل ، وان يكون لها القيمة  
الواقعية لعمل الرجل بحيث  
يتساوى اجراها واجره على  
عملين متشابهين في الكمية  
والنوعية .

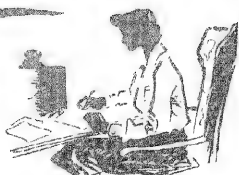
هذه حقوق عادلة تطالب  
بها المراة ، ولا ظن ان رجلا  
قوى النفس ، رفيع التفكير  
حر الضمير لا يقرها ، والا  
فهو ضعيف جبان يتستر  
بين حروف الكلمات ويتسلح  
بنصوص الشرائع ليتهرب  
من تبعات الحياة

فكفانا تجاهل الواقع ،  
واستكبارا على هذه المراة  
التي تحمل في اعماقها شكاوى  
لن تبوح بها ، فلا نخرجها  
شكاوى او تفجرت لاحتجبت  
القادر والتاريخ .

حكمت الاسعد



# من عيادة من جن



الارز الجاف وما شاء من السكر والفواكه وان يشرب من ٤٠٠ جم الى ٥٠٠ جم من عصير الفواكه . انه افضل نظام غذائي للمصابين بضغط الدم ولكن صعوبته في أنه لا يمكن أن يتبع بحذافيره الا في المستشفيات . وفي الاستطاعة تبسيط هذا النظام بالنسبة للمرضى بارتفاع ضغط الدم الذين لا تدعو حالتهم الى كثير من الحيلة وذلك باتباع نظام كمين المشار اليه في وجبة العشاء .

## ٢ - المرضي بالقلب

ان منع المرضي بالقلب من تناول الطعام بالمسح ضرورة لا غنى عنها . وليس هنا مجال مناقشة هذا الموضوع وقد قتله الاخصائيون بحثا وتمحيصا ووصلوا الى النتيجة التي وصلنا اليها ونحن ونسجلها في هذه الصفحة

## ٣ - السمعة

وفيد النظام الغذائي بدون ملح المصابات بالسمعة الناجمة عن السيلوليت .



وان سيداتنا يعرفن جيدا السيلوليت هذا الانتفاخ الذي يصيب الذراعين

أوتى من براعة . ومع ذلك فان الاطباء تشير به في بعض الحالات لان نتائجها هائلة

## ١ - في حالة ضغط الدم

يرجع الكليتين راحة نسبية ويقاوم السمعة . ان النظام الغذائي الذي يصفه



الدكتور كمين يتميز اكثر ما يتميز بقلّة مادة الصوديوم التي يحتويها . اذ يطلب الى المريض ان يتناول من ٢٥٠ جم الى ٣٠٠ جم من

# بدون ملح

## لطبيب بشت النيل

بالاشعة فوق البنفسجية . ومنذ بضع سنوات كانت اتفه الامراض وبسطها تعالج بالنسولين . واليوم فان النظام الغذائي الذي تتبعه غالبية الناس هو اكل الطعام بدون ملح .

والنظام الغذائي الذي يقتضى منا أن نأكل بدون ملح هو نظام صعب جدا انه غير محبب الى النفس لانه لا يفتح الشهية ولانه يفسد مهارة الطاهي مهما

يجب أن نعتزف أن للطب ايضا « موضة » يسير عليها فترة من الزمن ثم يتركها « موضة اخرى » وآية ذلك ان مرضى السل منذ خمسين سنة كانوا يأكلون يوميا ما



لاقل عن اثنتي عشرة بيضة . وأنه منذ عشرين سنة كان الجميع يلجأون الى العلاج

## مقتنياتك الثمينة.. في أمان.. اذا اودعتها في خزانة



سواء أكنت مسافرا في أجازة ، أو في أي وقت آخر فانك تستطيع أن تودع مقتنياتك الثمينة في خزانة الخاصة في فرعنا بالإسكندرية والقاهرة وبورسعيد وبورتوفيق والإسماعيلية والمنصورة والمحلة الكبرى .

# البنك العثماني



من القاهرة ١١٤٦٣  
٢٠١١

ب. الإسكندرية ١٤٢

والفخذين والساقين مع  
زيادة في وزن الجسم .  
ولازلة هذه السمكة فإنه  
لا يوجد الا وسيلة واحدة:  
الامتناع عن تناول كلورور  
الصوديوم .

بدون بسذل أى مجبود  
تستطيع المريضة أن تفقد  
بانتظام كيلوجرام واحد .  
والان هل توجد طريقة  
تجعل النظام الغذائى بدون  
ملح مقبولا ؟



في غالب الاحيان على مادة  
الصوديوم التي تحتوى على  
الماء . لذا وجب الاستغناء  
عن هذا النوع من الملح .

بكل طعامها ٣) الحموضة  
تحل محل طعام الملح؛ الليمون  
والخل والتوابل فإنها تنسي  
المرضى عدم وجود الملح .



کیلو جراما فقدت ثلاثین  
کیلو جراما خلال ثلاثة شهور

ولما كانت تستخدم الميزان يوميا فانها لاحظت أنها بعد أن تناولت دسمة من الحار زادت كيلوجراما مما يدل على أن الملح الذي اكلته حجزته الكبد

وأقل الأطعمة احتواء  
الطعام هي : الارز والفصل  
والخبز - أما اللحم وسمك  
الماء الحلوة فانها تحتوى على  
جرام لكل جرام -  
والدقيق والخبز والبطاطس  
وصفار البيض ( لا يباعه )  
والزيت ليس فيها الا كمية  
قليلة جدا من الملح . وعلى  
العكس من ذلك فان الكرفس  
والسبانخ والموز والجنغية  
بالبحر

اَوْفَ لَی

● العليّة  
الصفراء لتجميع الأرضية من الرخام والبلاط والبيزوليتوم

الضلع السائل الجريد  
الذي يزيد من  
جمال منازلكم



● العلية لتنظيف وتلميع الأرضية الباركيه والموسليات الخشب الفاضلة



### بدون تعليق حول مشكلة تعدد الزوجات

تركة المرحوم والدك • ولهذا فما عليك الا أن ترعى دعوى عليهم وتطالبيهم بنصيبك فى الارث وهذا النصيب مستحق لك من وقت الوفاة ولذلك فلك الحق فى أن تطالبي اخوتك بتقديم الحسابات عن ادارة نصيبك هذا ومن وقت الوفاة حيث كنت قاصرا حتى اليوم وقد أصبحت رشيدة التصرفات المتعلقة بحصتك ما دمت لم تجهيزها بمعد بلوغ سن الرشد • فلا تبايى • ونفى أن القضاء العادل سينصفك • وصداقة الحامين لا تحمى الظالم اطلاقا وتستجدين المحامي الذى يقوم بالدفاع عن حقتك الشرعى • ولا داعى لرفع شكواك للسيد الرئيس جمال عبد الناصر •

وإذا كان فى منزل شقق متعددة أو فى دار بيوت متعددة والزوجة تسكن فى احداها وللزوج قريبات كامه واخوته وبنته تسكن فى الاخرى فليس لها أن تطالب بالنقلة الى مسكن آخر الا اذا اتبعتها بفعل أو قول • وأما اذا كان فى الشقة الاخرى من المنزل أو فى البيت الاخر من الدار ضرتها فلها أن تطالب بالنقلة الى مسكن آخر بعيد عنها لان مجرد وجود الضرة ابداء لها •

#### الى يتيممة الاب - من قارئات بنت النيل :

لماذا كل هذا الخوف من اخوتك يا أستاذتى • ان صداقتهم لمحامين لاتعقيهم من الخضوع للقوانين التى تلزمهم باعطائك نصيبك فى

الحالة الزوج المالية سواء كان منزلا مستقلا أو شقة فى منزل أو حجرة من شقة حسب مسيرة الزوج بشرط أن يكون خاليا من اهله وأهلها وفيه المرافق الشرعية وبين جيران صالحين تامل فيه على نفسها ومالها فإذا اعد لها مسكنا مستكملا هذه الشروط فقد قام بما يجب عليه •

وليس له أن يجبرها على اسكان احد معها فى مسكنها من اهله واولاده من غيرها سوى ولده الصغير غير المميز كما أنها ليس لها أن تسكن معها احدا من أهلها واولادها من غيره ولا ولدها الصغير غير المميز والغرض من هذا منع اضرار واحد منهما بصاحبه وتوفير أسباب الراحة لهما •



س - ما هويت الطاعة ؟ وهل تجبر الزوجة على السكن مع حماتها أو شرتها أم لها أن تعفى أمير زوجها إذا لم يسكنها وحدها فى منزل لائق بها ؟

ج - بيت الطاعة هو المسكن الذى يهتبه الزوج لزوجته ويجب عليها أن تطيعه فيه بحيث إذا امتنعت من الطاعة فيه تعتبر ناشزا وهو المسكن اللائق

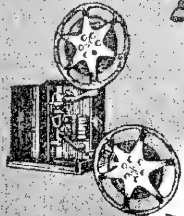


المصانع العالمية الضخمة التي انتجت  
هذه اللوازم الضرورية للحياة العصرية

إرسي اى

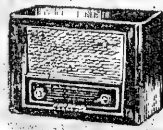


تقدم بركات هذا الإنتاج الرائع  
للصناعات الجديدة



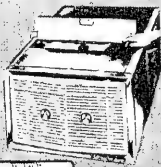
آلة السمع  
R.C.A. طراز ( ) السيتودا اروع  
الآن برس اوزم ١٦ على  
والها نشا ، لفاء الصوت  
الصار منها لاعداله سوى  
ارها والوزووضوح صورا

راديو كهرباء  
مجان مختلف عن سحره  
لقد الصوت الواسع  
لأتم جميع الاجواء ،  
ليات ع موجات صوتها  
موتليا فاعرقه يمكن ان كيب  
قوى عراف عليه

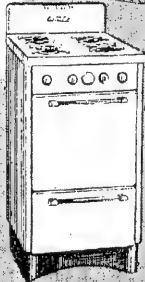


أجهزة تسجيل  
يعمل الآ بسط على الزن  
الكهربائي، ميكروفون ممتاز  
وتكراره للصوت وعطاس  
للصوت

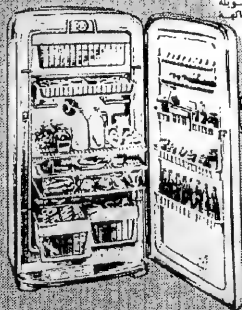
جهاز تكيف الهواء  
R.C.A.  
يحفظ نواته في كل مكان  
اشرك في تصميم معاجده  
اليدعا اسهر مهندسو العالم  
وأكثرهم خبرة ونهارة .



مواقد والفران  
الطهي باليوياجان  
جدران الفرن مصنوعة من  
طبعة عازلة لتعزل الحرارة  
الحرارة . بها سخاوة  
متركة سهلة التنظيف  
أقصى الكفاءة  
بالسعة لكونها



غسالات  
مودلات ونماذج متعددة ،  
موتون قوى ، بها عصاره  
أوتوماتيكة سعة ٢٢ جالون  
مذا ٢٥ و٣٠ براد



الموافي طلب هذه السلع من  
معتبرة في أنحاء الجمهورية المصرية

ابراهيم رمضان  
بإدارة الجابري

شركة الجابري

الوكلاء  
الوحيدون وللجنة  
٧٠٥٦٠

المتاهة ١٥ شارع الجمهورية ت ٤١٥٩ / ٥٠٤١٨ / ٥٨٩٩١  
الاسكندرية ١٥ شارع سيروس ت ٢٧٦٨١ ت ٥٠٩٤٥

# قصة العاملات المصريات... بالأرقام!!



صناعة السجاد تحتاج إلى ذوق فنى

الخدمات الاجتماعية للعمال والعاملات على حد سواء ، ولكننا نفرق بينهما بقدر ما يناسب حياة كل منهما وغرائزه وطباعه .... وتقاليده المجتمع الذى نعيش فيه ؟

وما هو مستقبل الفتاة العاملة فى مصر ... فى ظل صناعة نامية متطورة ؟ وماذا أعدنا لهذا المستقبل ؟

## حقائق ..

ان كل سؤال من هذه الاسئلة يصلح لأن يكون بحثاً قائماً بذاته ، ومن حق العاملات فى مصر أن يقوم من المسئولين من يتولى هذا البحث ليكون هناك اعداد لمستقبل العاملات ، أو علاج لمشكلة من مشاكلهن الحاضرة ..

الاقدار أن تفضل البيت على المصنع أو المتجر ؟

وماذا أعدت لها الدولة ، وماذا أعد لها أصحاب الاعمال الذين تعمل من أجلهم منذ كانت طفلة غريبة حتى أصبحت شابة واعية ، أو اما لها إبناء ؟ وهل تعمل فى هذه المراحل جميعها وهى محتفظة بأدميتها .. بروحها ،

ونجسيتها ؟ وفى أى الظروف تعمل ؟ وهل إذا طالبت بأن تعد لها ظروف تلائم طبيعتها وأحتياجاتها ويخدمها اجتماعية تناسب هذه الظروف .. هل إذا طالبت بذلك يرد عليها بعض السذج بأنها دعوة الى عدم المساواة ، والمساواة تطالب بالمساواة فى تحقيق

الاجتماعية التى تلزم الى العمال والعاملات ، هل يعنى هذا انه لم يعد للمرأة المصرية العاملة مشاكل ومشاكل خطيرة تقتضى البحث عن علاج ؟

## أسئلة كثيرة

لماذا خرجت الفتاة المصرية الى ميدان العمل ، ولماذا تخرج اليوم ؟

وفى أى سن تخرج للعمل ؟ وهل تعمل حتى تتزوج أو يظهر لها ابن الحلال ؟ أو ان الزواج مرحلة تمر بها وهى باقية فى العمل بإعتباره طاهرة من الظواهر الاجتماعية التى تعرض لحياتها ؟

وماذا أعدت لها القوانين العمالية اذا تزوجت ، وإذا أنجبت ، وإذا أرادت لها

## قانون النساء ..

منذ أكثر من عشرين عاماً ، أو فى عام ١٩٢٣ على وجه التحديد ، أصدرت الدولة قانوناً للنساء العاملات أرادت أن تنظم به ساعات عملهن وان تعترف بأن لهن من الظروف الخاصة ما يحتاج الى تشريع خاص يهيئ لهن شيئاً من الرعاية الانسانية ....

وتباعدت بعد ذلك القوانين العمالية حتى طورت طورتها الأخيرة وتوغلن النساء فى أكثر من ميدان فى الصناعة والتجارة ، وأصبح للعاملات كيان فى الصناعة والتجارة المصرية لا يمكن الكاره أو تجاهله ، هذا ولا ريب فى أن أى تطور جاء فى التشريع ينعكس فى نفس الوقت تطوراً للظروف التى تعمل المرأة فى ظلها ، ويعتبر تحسيناً لحياتها وارتماها بمستواها ..

ولكن هل يعنى هذا التقدم فى التشريع والتطور فى فلسفة العلاقات الانسانية فى الصناعة والخدمات





المرأة لعنفها في الزواج لا يحرمها من حقها في الاستمرار في العمل في بعض المؤسسات التي نظمت عقودها على أساس حرمان المرأة من العمل بمجرد زواجها .

وتبينت بنت النيل كذلك ان القانون قد أتاح للعاملة ان تحصل على مكافأها كاملة اذا تزوجت ، وان الثورة قد ضمنت لها ما ينفعها اذا فصلت الراحة بعدد الزواج فنصت في قانون التأمين والأذخار الجديد على حق العاملة في الحصول على المدخرات التي تقتطع من مرتبها والتي يدفع صاحب العامل مقابلها اذا تقاعدت بطلبها للحصول على هذه المدخرات في مدى ستة شهور قبل او بعد زواجها .

ولو استطعنا أن نجيب على هذه الاسئلة جميعا لكان في مقدورنا أن نتمسك بالخيوط التي تتحدد لنا مشاكل العمال، وتحدد لنا الطريق الذي يجب أن نسير فيه حتى نبعد حياتهن عن المشاكل ونهيئ للعاملة في المصنع أو المتجر أو في أي مكان تعمل فيه الاستقرار والسعادة والكرامة . وسوف نحصل في مقابل ذلك على إنتاج ثبت أنه لا يقل كفاية أو جودة أو قدرة على المنافسة في الأسواق عن انتاج العمال ...

واستطاعت بنت النيل أن تدخل المصانع والمؤسسات التجارية الكبيرة التي تحرص على تطبيق القوانين العمالية ، والصغيرة التي تحرص على الإفلات من القانون .

ووضعت يدها على إحدى الحقائق الرهيبة التي تميز حياتنا داخل المصانع حيث لا توجد أداة فنية رشيدة تشرف على رعاية الفتيات القاصرات أو البالغات ، وتتهيء لهن الحياة الاجتماعية التي تستطيع أن تخلق لهن مستقبلا في الصناعة أو مستقبلا في الحياة ...

**التقابات .. ماذا فعلت؟**  
ولا نستطيع أن نلقي لومنا

وقد حاولت «بنت النيل» ان تجيب على بعض هذه الاسئلة ، فعرفت ان الفتاة المصرية يحدد لها القانون ... قانون الأحداث سنا دنيا تبدأ من عندها حياتها العملية ، ولكنها مع ذلك ورغم أنف القانون قد تبدأ حياتها الشاقة في سن التاسعة أو العاشرة، وتبدأها بداية عنيفة حيث تعمل قدر الساعات التي يعملها رجل بالغ، دون أن يدري القانون .

### الزواج والعمل ..

ان الزواج لم يعد حدا تنتهي عنده حياة المرأة العملية ، وعدد العمال بعد الزواج ينمو مع الزمن ومع تطور الحياة الاجتماعية والثقافية والاقتصادية ، ولقد اترفحت حيثات التحكيم بأن ممارسة

بعد ... أي دور في سبيل رفع مستوى الظروف التي تعيش في ظلها الفتاة أو المرأة العاملة ...

### لا بد من شرفات اجتماعيات ..

اننا نثق في أن كل قرش تدفعه ادارة المصنع اجرا لشرفة اجتماعية تدور ادارة شؤون العمال وعلاج مشاكلهن سيعدو افعالا مضاعفة

على اصحاب الأعمال . وليست المطالبة بهذا شيئا جديدا على الصناعة المصرية فقد جربته بعض مؤسساتنا. وأثبتت التجربة نجاحا منقطع النظير ، بل حاولت إحدى مؤسساتنا الصناعية الكبرى في شبرا الخيمة ان تجري

على اصحاب الاعمال وحدهم وعلى مدى ايمانهم بايجساد ادارة رشيدة لشئون العمال ، ولكننا نشرك النقابات في هذا اللوم ، فحتى الان ورغم أن عدد العمال في الصناعة والتجارة المصرية يبلغ الالاف ورغم اننا نفخر بأن الحركة النقابية الواعية في مصر آخذة في النمو ، ورغم ان المرأة المصرية العاملة استطاعت أن تحتل مراكز رئيسية في عضوية مجالس ادارات هذه النقابات ، الا أن هذه النقابات لم تلعب دورها

### درس في واجبات المجتمع





وفاء الوالد وجود أطفال ٣١ في المائة بسبب وجود الوالد وتعطله بسبب المرض ٣١ ٪ بسبب رغبة الاب في زيادة الدخل مع وجود الوالد ٧ ٪ بسبب زواج الوالد بأخرى .

٤ - ان ٦٠ ٪ من فتيات المحلات التجارية ٨٠ ٪ من عاملات البنوك تتراوح أعمارهن بين ٢٠ و ٣٠ سنة بينما تقل أعمار ٧٠ ٪ من عاملات في الصناعة عن ٢٠ سنة .

٥ - ان ٨٥ ٪ من فتيات المحلات التجارية ٩٣ ٪ من العاملات في الصناعة لم يتزوجن بعد .

وقالت لنا الباحثة الاجتماعية زينب حافظ أن معظم مشاكل العاملات تنسب لضعف إدارات المؤسسات والمصانع بشرة من الجهد ، ويدافع من الإيمان بقدرة الرعاية الاجتماعية في الصناعة أن تزيلها .



ومعظم هذه المشاكل هي حاجة هؤلاء الفتيات الى تنظيم وسائل التواصلات لهن ، وتقديم الوجبات الغذائية بأنفسهن رخيصة تجنبهن إغصاءة الوقت والتكاليف في سبيل العودة الى البيت في فترة الغداء وهناك أيضا مشكلة وضع نظام لحضارة أولاد المتزوجات منهن ، وإيجاد مشرفة اجتماعية تاتينها العاملات على مشاكلهن وتعمل في تيسير حلها .

#### بلون تعليق ..

وحقيقة أخيرة نعتقد اننا حين نختم بها هذا التحقيق الصحفي انما نشبه الألهان الى الدور الذي بدأت تلعبه العاملات في الصناعة والتجارة المصرية وهي ان عدد طالبات العمل أخذ في الازدياد وحاجة سوق العمل الى الفتيات أخذ في النمو

ويكفي دليلا على هذا ان عدد اللائي سجلن أسماعهن في مكاتب الترخيم بالقاهرة بلغ في عوام ١٩٥٤ ٨١٧ عاملة اشتغل منهن ٣٦٧ ، وبلغ عدد المتقدمات لمكاتب تخدم الاسكندرية ١٧٩٣ ، اشتغل منهن ٨٧٣ ...

ونظن هذه الأرقام لا تحتاج الى أدنى تعليق .

« بنت النيل »

تجربة إنشاء دار للحضارة لإطفال الأمهات العاملات ، فشجعنا نجاح التجربة على التوسع فيها وادخال التحسينات على نظام إدارتها ، مما يجعلنا نطالب بتعميمها في كل المناطق الصناعية والتجارية .

وحاولت « بنت النيل » أيضا ممثلة في اتحادها محاولة من طراز آخر حين أتاحت لفتيات المحلات التجارية أن يتناولن وجبة غذائية كاملة في الفترة التي تنقل فيها المؤسسات ظورا ...

واتصلنا بالانسة زينب حافظ المفتشة بمصلحة العمل لتعرف نتائج الدراسة العملية التي تجربها منذ شهوور لتصل الى حقيقة مشاكل الفتيات في الصناعة والتجارة بدافع من اهتمام المصلحة الحكومية التي تمثلها بأهمية هذه المشاكل وأهمية وضع المشاريع لمعالجتها ، وواجهتنا حقيقة يجدر بنا أن نسجلها ولكننا نخر وهي انها اعتبرت هذه الدراسة التي أجرتها زينب حافظ ، احدى مشروعاتها للعام الجديد ١٩٥٦ ...

#### لغة الأرقام ..

ولنترو الأرقام التي حصلت عليها زينب حافظ انام بحثها تحكي قصة المرأة العاملة وقصة مشاكلها :

١ - ان أكثر من ٥٠ ٪ من العاملات في المؤسسات الصناعية والتجارية لا تزيد مدة خدمتهن عن ثلاث سنوات ، بينما تتميز عاملات البنوك بطول مدة الخدمة إذ تبلغ ٦٠ ٪ منهن أكثر من خمس سنوات

٢ - ان ٥٠ ٪ من فتيات المحلات التجارية ٨٠ ٪ من فتيات البنوك تتراوح أعمارهن بين ١٥ و ٢٠ جنيها في الشهر بينما تقل أعمار ٨٧ ٪ من عاملات الصناعة عن خمس جنيها شهريا .

٣ - ان ٩٥ ٪ من فتيات المحال التجارية دفعن الى العمل الرغبة في زيادة دخل الأسرة وان هذه النسبة تصل الى ١٠٠ ٪ بالنسبة للعاملات في الصناعة .. ومن بين هذه الـ ٣١ ٪ المائة بسبب



## ٣٦ سؤال عن الفأول

هل أنت مهيجة تماماً لتكوني متفائلة ؟ في استطاعتك أن تعترفي ذلك عندما تجيبين على الـ ٣٦ سؤالاً الآتية :

- ١ - هل تحبين أن يراجعوا عملك ؟
- ٢ - هل يوجد في خزانك كميات كبيرة من المزن ؟
- ٣ - هل تحلين شمسينك أن كان الجو شتاء ؟
- ٤ - هل تزين أن في قراءة الجرائد ما يسبب لك قلقاً ؟
- ٥ - هل أنت حساسة للشوشة التي تحيط بك ؟
- ٦ - هل تجدين دائماً أن اليوم طويل ؟
- ٧ - عندما تدخلين في إحدى دور السينما ، هل تبحثين عن أماكن ابواب الخروج في حالة حدوث خطر ؟
- ٨ - هل تحاول المقربون اليك أن يكتسوا عليك مشاعرهم ؟
- ٩ - هل ترغب من امتيازك في مهنتك ، هل تخافين من الوقوع في الخطأ ؟
- ١٠ - هل تفتنرين أوراك اليانصيب كثيراً ؟
- ١١ - هل تحبين أن تغطي تحت الماء ؟
- ١٢ - هل توجد أشياء قليلة تمنحك حقيقة من النوم ؟
- ١٣ - أمام عمل جديد ، هل تبدين نفس الفرح الذي يبديه الطفل أمام مقلبة وكراسات وكتب جديدة ؟
- ١٤ - لتجلى الكلمات المتقاطعة هل تستعملين قلم حبر جاف أو قلم رصاص ؟
- ١٥ - هل تعتبرين الفيلم الذي ينتهي نهاية محزنة فيهما ردينا ؟
- ١٦ - هل تحبين أن تدفمي ديوك على آجال طويلة ؟
- ١٧ - هل كان فرحك عظيماً ببداية العام الجديد ؟
- ١٨ - هل أنت مقتنعة دائماً أنه بدون الاتجاه إلى نظام غذائي في استطاعتك أن تجدي الطريقة التي تتخلصين بها من الكيلوات الزائدة على جسمك ؟
- ١٩ - هل أنت قادرة على السفر في رحلة طويلة بحقيبة بسيطة ؟
- ٢٠ - هل تقبلين تبني طفل قانونياً ؟
- ٢١ - هل تودين إلى وكوبا الفراجات والخيل بعد سقوطه عنيفة ؟
- ٢٢ - هل لا تفكرين عن رسم خطط المستقبل ومشروعاتك ولغيرك ؟
- ٢٣ - هل تحبين التجديف ؟
- ٢٤ - هل تعتقدين أن الانحياز دليل على الجبن ؟
- ٢٥ - هل تحاولين إصلاح البيبولوجيات وقطع الاثاث المكسورة ؟
- ٢٦ - هل تحبين أن تكوني مسارة اغلانات ؟
- ٢٧ - هل يتركك أن تذهبي إلى حفلة لا تترلين فيها أحدا ؟
- ٢٨ - هل تؤمنين بالفراغات ؟
- ٢٩ - هل في مقدورك أن تتخذي في التو واللحظة قراراً يؤثر على حياتك كلها ؟
- ٣٠ - هل لا يهجمك أن تعرفي ما يظنه الناس فيك ؟
- ٣١ - هل تعتقدين أن كل شيء مكتوب ؟
- ٣٢ - لكي تضمي نفسك في أحد الناس هل تتكفين بالآخر الأول الذي يركب فيك ؟
- ٣٣ - هل تعتقدين بعدم فائدة الامصال الواقية من الأمراض ؟
- ٣٤ - هل أنت واثقة منذ أول الشهر في أن مصروفاتك لن تزيد من دخلك ؟
- ٣٥ - هل تعتبرين أن عمل التماثيل أمر لا يستطيعه إلا القادرون عليه ؟
- ٣٦ - عندما تقطع أخبار صديقة موزنة عليك هل تقولين في نفسك « الغالب علده معه »

### الحل الصحيح

١ - ان أجبت بنعم بنعم مرات على الاسئلة التسعة الأولى فلا تستأنفي التجسيرة إلى النهاية : انك متفائلة ١٠٠٪

٢ - ان كانت الاجابات بنعم أكثر من الاجابات بلا على الاسئلة ١٠ إلى ١٨ فإنه يندر أن يتناكب اليأس أن تفكر بالمستقبل هي خير ضمان لنجاحك .

٣ - وان قلت ٥ نعم من السؤالات التسع عشر إلى السؤال السابع والعشرين ففي استطاعتك أن تعترفي نفسك رابحة وأن تكون حكيمك في

### كيف يصف المرأة

#### خصوم المرأة ..

يذهب خصوم المرأة في وصفها مذاهب شتى ، قد تبلغ أحياناً حد السخف ، فيسبون إلى أنفسهم أكثر مما يسبون إلى المرأة ، حين يجدون فضلها ، وينكرون حقوقها ...

ومن أغرب ما قرأت من الاقوال ، قول عن شاعر فارسي ، هاجم المرأة فقال :

« ان الله غضب على المرأة فجعل ( النار ) و ( جهنم ) و ( الظلمة ) و ( الخبيثة ) أسماء مؤنثة وجعل ( النعيم ) و ( الفردوس ) و ( النور ) و ( الصلاح ) أسماء مذكرة ..

يا للعجب ... بل ويا للسخف ...

أي منطق هذا ، لذي استعان به الشاعر الفارسي في مهاجمة المرأة ؟ ..

أنسى هذا الشاعر العبقري « أن من الاسماء المؤنثة التي تناسهاها : « الرحمة » و « الشفقة » و « الجنة » و « السلسلة »

وان من الاسماء المذكرة التي تناسهاها :

« الجنون » و « الفشل » و « الجشع » و « الموت » ...

ثم كيف يكون قائل هذه الكلمات شاعراً وقد نضب من قلبه الحب .. وناصب المرأة العداوة .. وهي اللطمة الأولى للشعر ! ..

مساكين والله .. خصوم المرأة ..

عيسى متولي



# الجمال = الأناقة + النجم

وهذا الانساق في الحركات  
يأتي بالتمرين .. يأتي  
بممارسة التمرينات الرياضية  
يومية عقب النهوض من  
النوم مباشرة .. ضعى على  
رأسك كتابا سميكاً وحاولي  
ان تسري به دون ان  
تسنديه بيدك .. سيري على  
أطراف أصابعك .. ان هذا  
التمرين يعمل على أن تكون  
حركاتك غاية في الانسجام  
والرقة

اصبحت قطعة متحركة من  
الانسجام  
ان حركاتها غير متنافرة:  
فهي تعرف كيف ترفع يدها  
وكيف تخطو بحيث تنسجم  
حركاتها كلها ولا يبدو منها  
الاما يروق للناظرين .

اقد نظرت الى المرأة جيدا  
واختبرت نفسها اختبارا  
كاملا ثم عملت على أن  
ينسجم طابعها مع طريقة  
تزيينها والسوان ملابسها  
واشكالها وحليها .. انها لم  
تهمل نقطة واحدة حتى

هل تعلمين ايها القارئة  
العزيرة ان ٩٩ ٪ من  
الجمال هو الأناقة والانسجام  
انظري الى هذه الصورة  
.. انها لسيدة متوسطة  
الجمال .. ولكنها مع ذلك  
استطاعت ان تغدو غاية في  
الجمال

وان انتقلنا الى انسجام  
ملايسها وجدنا ان سبب  
هذا الانسجام عائد الى كونها  
اخصائية في اختيار ما  
يناسبها من ملابس . فهي  
تنتقي الالوان التي تبرز  
سحر لون بشرتها .. وهي  
تبعد عن البني والاحمر ان  
كانت سمراء .. وتختار  
الالوان التي تناسب سنها  
ومرورها الاجتماعي وموعد  
خروجها .. فهي مثالا لا  
ترتدي فستان اسبورت  
لتذهب به الى حفلة ساهرة  
.. وهي لا ترتدي ثوب  
تواظت ان كانت خارجة في  
الصباح

واخيرا فهي تهمل الى  
الازياء البسيطة التي تعمل  
على إبراز جمالها وهي تعلم  
أن الفساتين الضيقة لا  
تناسب كل سيدة وان  
الجونيلات الواسعة لا تناسب  
السيدات اللواتي يملن الى  
السمنة

كوني اذن باسديتي هذه  
السيدة الجميلة باتباعك  
خطوط الأناقة والانسجام  
التي عرفتها بفضل قراءتك  
لبنت النيل ..

أنيقة

أحسن وأكمل جهاز  
تعرض الأفلام

١٦ مللي  
و ٣٥ مللي سكوب

موجودون ومعدات منسقة وكل شيء أجمع لتعرض أفلامك  
الـ ١٦ مللي في العالم وأفلامك تماثا بالنسبة لسهولة تصويرها  
حيث أن نقاد الصور، الفنانين، الدعاة والمصورين أدركوا  
العقوى ووضع الصور المصورة منها

الابت السينا ٣٥ مللي سكوب  
والتي اصحابها دول السينما مكافئة  
متميزة لشخصيات الكاتبة عريضة  
٣٥ مللي سينما سكوب

اطلبوه من معتدينا  
في أنحاء الجمهورية

وشاهدوه بمعارضنا

٥١ شارع الجمهورية ٧٥٣٧٩

الوكالة العربية للسينما

شركة الجابري

٥١ شارع الجمهورية ٧٥٣٧٩  
٥٨٩٩١ - ٥٠٤١٨ - ٤١١٥٩  
٧٠٦ - ٥٠٤١٨ - ٤١١٥٩

ترك أى جزء من أجزاء الجسم حتى ولو خفى دون دعه كما لطيفا قويا يزيل ما يكون قد تراكم فوقه من عرق أو اوساخ ..

والخطوة الثالثة هي غسل الرأس بالشامبو المناسب ، وهنا يلزم العناية بتدليك فروة الرأس تدليكا ربيعا يدفع بالماء الى بصليات الشعر، وبعد تجفيفها تجفيفا تاما تدهن بالزيت الصحي المناسب ويلف الشعر فى فوطه حتى بعد الخروج من الحمام وذلك لتشكيله فى التمريرة المطلوبة ..

وأخيرا وليس آخرا يأتي دور الوجه فهو الذى يستأثر بالجزء الأكبر من العناية قبل الخروج من الحمام .. وهو الذى تظهر عليه الآثار المباشرة للاستحمام لهذا السبب ..

وأهم العمليات اللازمة للوجه هى وضع كريم القاعزة على بشرته .. ويعقبها إعادة تخطيط الجوانب ، وتجميل الرموش والجفنين وأخيرا وضع أحسن الشفاه والرج ونشر البودرة على كافة أنحاء البشرة ..

وفى ختام هذا الموضوع يجب ان نصحك اذا كنت من اللواتي يعسرقن بكثرة باستعمال الادوية اللازمة لذلك تحت الاطباء مع الاستعانة أيضا بالكولونيا فى نهاية الحمام ولا بأس من نشر البودرة على جسمك كله كذلك ..



## الصفة ... فصل الاستحمام

(الحمام) .. هذا ونصحك باختيار نوع فاخر من هذه الاملاح لان الاملاح الرخيصة ضررها اكثر من نفعها بسبب احتوائها على كميات اكبر من الصودا فى تركيبها .. ومن ناحية الصابون يجب ان يكون الصابون من النوع النقي ذى الرغوة الوفيرة والرائحة الطيبة ، وحتى تتم الفائدة اضيفى بعضا من ماء الكولونيا على ماء الحمام .. أما الخطوة الاولى داخل الحمام فيجب ان تكون ازاله كل اثر من اثار التلوث اليوم السابق وحتى تتم هذه الخطوة لا بد من الاستعانة بالوسيون قبل استعمال الماء والصابون وثانى خطوة هي تنظيف كافة أنحاء الجسم بالاستعانة «باللوفة» هذا ويجب عدم

اذا كنت فى سبيل زيارة صديقة أو قريبة لك .. والثاني هو ذلك الذى تقوئين به قبل ان تدعى الى سريرك فى المساء .. وكلا الحمامين يشبه الاخر تقريبا وعلى ذلك دعينا نتحدث عن النوع الاول من الحمامات .. يجب عليك قبل الشروع فى الدخول الى الحمام ان ترتدى «الطاقية» التى تقي شعرك .. ثم حضرى المياه اللازمة لك بحيث تكون دافئة قليلا واحذرى ان ترتفعى من درجة حرارتها لان المياه الساخنة تؤدى الى جفاف الجلد وخشونته .. كذلك يحسن ان تضيفى الى هذه المياه عايد ملقحة أو ملعقتين من البوراكس أو املاح

من الأمور التى نتعلمها منذ صغرنا ان النظافة من الايمان .. وأقرب السبل الى النظافة هي الاستحمام .. وقد لا تعرفين ان الاستحمام يعنى بالنسبة اليك أكثر من النظافة .. ان الاستحمام علاج معترف به لازالة الارق والهجوم والمساعدة على الهدوء وراحة البال .. واذا استطعت ان تستحمى يوميا فانت سعيدة الحظ حقا ، فكثيرات لا يستطعن الحصول على حمام يومي .. وهناك أنواع من الحمامات سنعطيك عنها فى هذا الموضوع .. الاول هو ذلك السدش يجب عليك القيام به قبل الخروج الى عملك اذا كنت من الموظفات العاملات ، أو



**Vitapointe**  
**Paris**

**فيابوات**  
باريس

ابطار صيد فى فرن تصفيف الشعر  
للمحالف . للشعر الذى فقد قوته  
للمحالكريت . ولجميع أنواع الشعر  
ستوفر واحد

هل هو  
نعم  
أم  
نعم؟



لعرق!

صعوبة هذا العلاج أن طالبت به يجب أن تمتنع عن الحركة لمدة طويلة ...

وهناك طريقة أخرى للنفاثة تستخدم : « كومبينزون » من نسيج لا يسمح بمرور الهواء ، وهو مقفلون تماما عند المعصمين وأسفل الساقين والعنق كي لا يدخل الهواء الى الجسم . ويمكن ارتداء هذا الكمبوزون على اللحم مباشرة أو على البيجاما أو المايوه . ويمكن التحول به في المنزل أو في الحديقة ذلك لأنه يستتر الجسم تماما وليس شفافا . انه

حال فانه يوجد ضد رائحة العرق مستحضرات لا ضرر من استعمالها اطلاقا ...

ولكن افراز الجسم للعرق شيء لا يهد منه ذلك لأنه أيضا خير ضمان ضد البسوسة المفرطة فالانسان الذي لا يعمل على طرد السائل الذي أفرده طوال يومه عن طريق الاطعمة الجامدة التي يحتوى بعضها على ٠.٧٥ / ماء ، هذا بالاضافة الى ماء الشراب والشاي والقهوة والشراب الخ ... فان وزنه لن يلبث أن يزداد زيادة مفاجئة ...

وتوجد عدة طرق لافراز العرق من الجسم صناعيا ، بعضها لا تزاول الا في معاهد التجميل مما يكلف القارئات أو بعضهن على الأقل ما لا تحتمله ميزانيتهن ، وبعضها الآخر يمكن مزاولته في المنزل مثل حمامات الشمس أو حمامات الضوء ولكن

الناس خطأ ... انه ماء مالح ينشر رائحة حمضية خفيفة هي رائحة الاحماض السامة والبقايا العضوية ... وهذه الوظيفة تعتبر متممة للوظيفة التي تقوم بها الكليتان ... ويقال ان



الغدد التي تفرز العرق تساوى في مفعولها عمل كلية ثالثة .

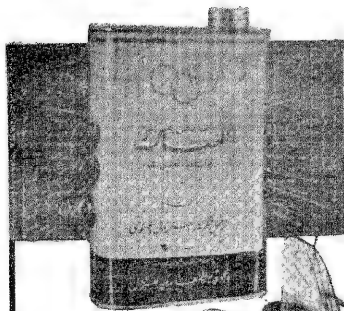
الا ان هناك حقيقة لا تقبل الجدل وهي أن البشرة التي تنظف يوميا بالماء والصابون لا يمكن أن تنبت منها أية رائحة كريهة ... وعلى أي

أغلب السيدات يعتبرن العرق نعمة في حين أنه في الواقع نعمة لأنه ضمام الأمن .

يجب أن تعرفي ياسيديتي أن العرق ضروري جدا للجسم . وان الطبيعة لم تضع اعتبارا تحت بشرتنا غددا تفرز عرقا وظيفته الاولى تنظيم حرارة الجسم . فان شعرتا بالحرارة لسبب أو لآخر أفرزت البشرة عرقا لتخفيض الحرارة . ويلاحظ أن بعض الأطباء في حالة الحمى يصفون دواء يزيد من افراز غدد العرق .

ولعب العرق أيضا دورا ثانيا لا يقل أهمية للصحة عن الدور الاول ويؤثر تأثيرا مباشرا في الجمال ... ذلك انه يخلص الجسم من السموم التي يفرزها بصفة مستمرة وخاصة في فصل الشتاء . ذلك أن العرق ليس ماء صافيا كما يعتقد بعض





أمرضت  
الحيات  
ينقذها  
الذباب  
!

فاقص عليه  
باعتل  
**الفاك**



استخ  
ممل نكر البزل فاكوي  
إسبريس

الجمعية القارنية للبزل

تليفون بملت النيل ٤٠٦٤٨ و ٤٩٦٦٨



**رويال**



بيكنج باودر  
للمطبخ الممتازة



نشر ناللك الكنا في المجلد  
الفرعوى تعليمات عامة في السور  
اطلبه من  
م. ل. فرانكو و ش. كام  
و س. ب. و ش. كام (خلفاء)  
٩٦ شارع فيراندس - القاهرة

التي تكسب الجسم صحة  
وجملا ... وإن دعت الحاجة  
اجعلي جسمك يعرق صناعيا  
ليتخلص من السموم العالقة  
به خلال فصل الشتاء فتطري  
البشرة وتكسب نضارة  
وشبابا ...

وبالك ياسيدي أن تكوني  
عرقانة وتقفى في تيار هواء أو  
تشرى ماء مثلوجا . إن هذا  
الإجراء يعرضك لشد المخاطر  
.. حاولي أولا أن تستريحي  
الى أن يجف عرقك تماما .  
وإن كنت في المنزل فانتسبا  
نصحك بخلع ملابسك  
وتغيرها حيث لا يصح  
الاحتفاظ باللباس الداخلية  
حتى أن جف العرق عليها  
لأنها تبعث رائحة أنت ومن  
حوالك في غنى منها وخاصة  
ونحن في فصل الصيف ،



فصل العرق والأمراض  
المعدية الكثيرة

إن العرق يا سيدتي نعمة  
إن عرقتي كيف تستفيدين  
منه ونعمة إن أهملت  
الاستفادة منه . لا تقولي أن  
الجو حار وأنه لمن المستحيل  
أن يصاب جسمك بالبرد  
.. إن عددا كبيرا من الناس  
يصاب بالزكام في عز الصيف  
وكثيرا ما تصاب الحنجرة  
بالحة نتيجة لعدم تجفيف  
العرق وتركه يجف من  
تلقاء نفسه في الهواء . إن  
هذا الإهمال قد يؤذي الصدر  
لذا جئنا لنحذرك مرة أخرى  
من العرق ومضاره .

يشبه الثياب التي نرتديها  
عندما نقوم بممارسة أحد  
الالعاب الرياضية في الهواء  
الطلق . وإن ارتداه الإنسان  
مدة طويلة في جو حار أفرز



جسمه كمية كبيرة من  
العرق . ويكفي غسل هذا  
« الكيميزون » بالماء بعد  
استعماله لينسود الى حالته  
الطبيعية .

ونحب أخيرا أن نطمئن  
اللواتي يتضايقن من العرق  
أنه يساهم في كساب البشرة  
الشباب والجمال ، ذلك أن  
الاحماض النسيجة التي يحملها  
تعمل على تطرية الجلد  
والمحافظة على شبابيه .  
فالبشرة التي لا تفرز عرقا  
تجف .. ويحسن ألا يظل  
العرق على الجسم مدة طويلة .  
ويعجز ظهوره على الوجه  
يجب المبادرة الى مسحه  
بقطنة مغموسة بماء أو  
بالمندبل ...

ولكن إن زاد إفراز العرق  
عن حده . الطبيعي لا بد من  
عرض الحالة على الطبيب  
ليصف لها علاجا ...



أما إن كنت لا تعترقين  
أبدا ، فانه من اللازم أن  
تذهبي أيضا الى الطبيب  
ذلك أن العرق من العوامل

# فني سبيل الجمال

هل بلغت الثلاثين من عمرك المديد؟ هل لاحظ من حولك تلك العلامات الخفية التي بدأت تظهر عليه .. هل لاحظ أحد تلك العلامات التي لا بد لك من مواجهتها فور ظهورها ، والتي تنذر بضرورة بذل مجهود أكبر في سبيل الجمال والشباب ؟

## عيناك :

هل تدمع عيناك في الضوء القوي . وهل تبهر ؟ إذا كانت هذه الحالة تعتريك فأعلمي ان سببها هو النوم في الغرف غير الحائزة لكل شروط التهوية اللازمة او المشبعة بدخان السجائر .. عليك بالعمل فورا على تلافي ذلك لان العاقبة ستكون « خطيرة » . ستبدأ الضغوط والتأيا المالة على الكبر والتعب في الظهور حول عينيك .. ولا مانع من الاستعانة ببطانة واقية من الضوء القوي ويحسن ان يحدد لك نوع حبرها طبيبك الخاص .. والإحراج العاقبة غير لازمة إطلاقا في مثل هذه الحالة

## بشرتك :

متنبها الحيوية التي كانت تضج بها بشرتك في الخبو .. وستبدأ اعصاب جلدك في الانخلاء قليلا .. وستحسبن ان نسبة الدهن التي يفرزها هذا الجلد قد بدأت في الزيادة .. وعلى ذلك يجب التبرع فورا في استعمال « الكوليد كريم » وفي عمل « المساج » اليومي اللازم عقب غسل البشرة بالماء البارد والصابون الذي صيغنا ومساء .. ويحسن عقب هذا المساج عمل تدليك « مين » مرة اخرى بالكريم الذي ينصحك به محصل مستحضرات التجميل الذي تماميلته .

هذا ويجب ان تلاحظي عدم الإكثار من استعمال الكريم والمساخيس الأخرى . لان الكميات الزائدة لن تساعدك على اختفاء ما تريد من اختفاء ولكنها ستساعد على إبراز العلامات



التغذية بالكريم الخاص بذلك .. وهناك علامة خاصة تبين تلك الحاجة وهي شدة لمان جلد الأرجل فإذا كانت تلك العلامة ظاهرة لديك اشرعي فورا عقب التخلص من الدهن الذي قد يكون نابتا بهما بالطريقة المثلى « الشرقية » في تدليكهما تدليكا رتيبيا لمدة عشر دقائق يوميا من أسفل الى أعلى .

يسقانهن عناية فائقة .. ان النظرة الأولى لك توجه أولا الى وجهك ثم الى قوامك .. وقدماك هما اللسان تعملان هذا القوام وتدلان هسلى وراقتك ومدى حيوتك .

لقد مضى الشتاء وبدأ الصيف . ولا ريب في ان بشرة ساقيك قد تأثرت ببرد الشتاء وبدأت تنادي بأنها في حاجة الى التدليك والى

المفردة بفعل السنين .. كوني معتدلة في كل شيء .. وهذا الاعتدال في حد ذاته علامة من علامات الجمال .

## ساقاك :

هل قلت عنايتك بهنسا ؟ ان الكثيرات يقتنعن باقتناء اخر انواع الجوارب النايلون ويكتفين بذلك بينما الواجب يحتم عليهن العناية



وعاء صغير..



..نجاح عظيم  
باستعمال الشامبو المدهش

برمكس

**PERMEX**

شامبو للبني	...	...	...	...	شامبو للشعر الضعيف
شامبو بزيت الكاكاو	...	...	...	...	شامبو للشعر الجاف
شامبو بعطول الصنوبر	...	...	...	...	شامبو للشعر الدهني
شامبو لافند	...	...	...	...	شامبو للحساس
شامبو بالبسابونج	...	...	...	...	شامبو للأبيض
شامبو بالبتسول	...	...	...	...	شامبو للشعر الذي يحتوي على قشر
شامبو أزرق	...	...	...	...	شامبو الرمادي
شامبو بالكلوروفيل	...	...	...	...	لجميع أنواع الشعر
شامبو بالزيت	...	...	...	...	لجميع أنواع الشعر

أوليو برمكس

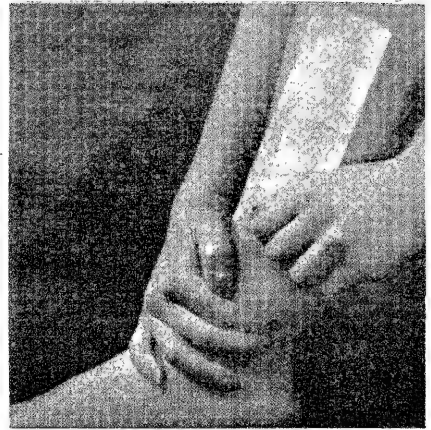
**OLEO-PERMEX**

شامبو حمام زيت مجرد للشعر لا شيل له  
خامس لحظ وتغذيته عناصر الشعر ..  
يعيد الصبر للشعر التالف ويثيره مع ولعنا  
ونعود به ديمال ..



SHAMPOOINGS PERMA

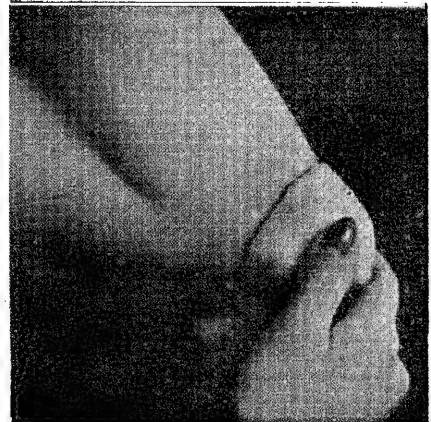
CERTITUDE DE RESULTATS



مرفقاك :

صغيرة من زيت الزيتون وذلك  
بوضعهما في القشرة المجوفة لنصف  
ليمونة .. ذلك بالقشرة المجوفة  
الموضوع بها الزيت المدة الكافية لأن  
يتغلغل الجلد عقب هذه العملية ..  
وبعد ذلك قومي بتدليك المرفقين  
بالكريم الذي سبق لك استعماله  
في تدليك سابقك .. وكرري نفس  
العملية في المرفق الآخر .

وبالنسبة لمرفقيك .. ان ملابس  
الشام قد اثرت ولا شك فيهما ..  
وملابس الصيف تستلزم المزيد من  
العناية بهما لأنها تكشفهما وعلى  
ذلك يجب العناية بإزالة خشونتهما  
وإعادتهما إلى لونهما الطبيعي ..  
استعيني بما يبادل ملء معلقة



# ما فطى على رفاقك وأنت في منزلك

هناك سيدات يعتقدن أن التمرينات الرياضية لا تمارس على وجهها الصحيح إلا أن افردن لها غرفة كاملة المدة . وخصصن لها من وقتهن جانباً من اليوم . ولسنا في حاجة الى القول ان هذا الاعتقاد خاطيء من أساسه . لا يوجد شيء يمنعك من القيام بالتمرينات التي تقدمها لك على هاتين الصفحتين في الغرفة التي توجد في فيها وفي الساعة التي تريين أن في استطاعتك تخصيص عشر دقائق تمارسين خلالها هذه الرياضة السهلة الميسورة .

أنت الآن بمفردك في المنزل . ولقد انتهيت من أعمالك والطعام ينضج ببطء في المطبخ افتحي الراديو وابحثي فيه عن نغم بهيج تؤدين عليه هذه التمرينات التي نقدمها لك مصورة .



٢ - انحني يديك بعد ذلك وارفعي في نفس الوقت قدميك وإفردى ذراعيك والقي رأسك الى الخلف . عودي الى وضعك الاول . وكرري للتمرين عشر مرات .



١ - هذا التمرين مفيد جداً لتقوية عضلات البطن . اجلسي على الأرض مع ثني الركبتين وضغطهما بين يديك المشبكتين ووضع الجبهة على الركبتين .



٦ - ادخلي جسمك وذرايك نحو الأرض ... هكذا لا تمكثي طويلاً .



٥ - والان هل ابتاع الوشيتي خالك رقصة صغيرة : الدراميين في اتجاه السقف .



٤ - ثم مرري يديك القديم اليسرى خلف الساق اليمنى واليسى تسلمك من الخلف .



٣ - ثقي . ارفلسي ذراعيك اليمنى واليسى قدمك اليسرى المرفوعة بينك اليمنى .

# صَابُون الشمس

صابون للفسيل



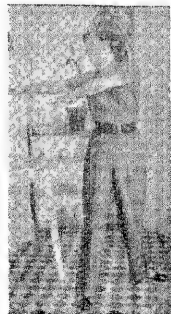
أكثر الأصناف  
انتشاراً  
في الأسواق

يرغى بسرعة ويذوب ببطء

إنتاج مركز صناعة المنظفات والصابون في القاهرة  
المركز الرئيسي: طنطا ٣٣٠١، القاهرة ٤٩٧، الإسكندرية ٢٦١٥٩



٨ - لم نحو الباب ... لم  
نحو النافذة



٧ - فتي ... اقدني يدراعيك  
نحو النافذة ...



١٠ - فتي احدي القسمين  
على الكرسي ...



٩ - اني ركنيك امام النضدة  
كما هو مبين



١٢ - لم فتي بايتهاج مع شد  
الجسم بقدر الامكان ا اعيدى  
الكرة عدة مرات ...



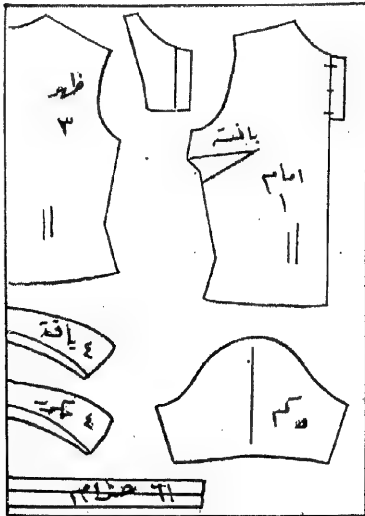
١١ - فتي راسك على ركنيك  
وادخى ذراعيك كما هو  
مبين

# بلوزة صغيرة من الجريسيه

فان مقاييس الباترون لا تشملها .  
تركيب البلوزة : ضعى المعدل  
على المعدل الباترون والامام مع  
جعل المنتصتين الواحد على الآخر .  
خيطى فى أعلى المنتصف الى الحافة .  
اعمل فى المنتصف فتحة أفقية  
على طول الخياطة . اعمل العراوى  
بعد ان تكونى خيطت طول  
الباترون . اعمل دخلة فى أسفل  
الباترون وخيطها بفورصمفيرة .  
ضعى بعد ذلك القطعتين الاماميتين  
الواحدة على الاخرى . سرجى ثم  
خيطى خياطة المنتصف . انتهى  
الخياطات بالكراوة وبالحزقة البيلة  
اولا بأول . انتهى جيدا الى الا  
تعلقى جوانب الخياطة على الوجه .  
اقفل ثنيات الباسات وبانسة  
الصدر . ضعى بعد ذلك الوجه  
على الوجه الامام والظهر . سرجى  
وخيطى خياطات الكتفين والجانبين .  
ضعى جزئى الياقة الوجه على  
الوجه . سرجى حول ذلك فيما عدا :

القماش كله بالكراوة والقماش  
البلوله حتى لا يكس بعد ذلك من  
جراة الكى أثناء الشغل . اثنى  
القماش مع الانتباه الى جعل ثنية  
القماش مستقيمة تماما .

ضعى مختلف قطع الباترون كما  
هى موضوعة فى الرسم البيئاني  
المشور امامك . دبى الباترون  
على القماش . المنتصتين فى اتجاه  
نسيج القماش يذون خياطة ستكون  
على ثنية القماش . مررى بعد  
ذلك خيطا كبيرا حول القطع بحيث  
يدخل الخيط فى سمكى القماش  
مع عدم الشد تماما على الخيط  
لمعمل بولات كبيرة . علمى بنفس  
الطريقة المنتصف والبانسات  
والبيانات الاخرى . وبعدى بعد  
ذلك سمكى القماش عن بعضهما  
وقمى بولات الخيط فى متصلها ،  
تحصل بهذه الطريقة على جيتين  
متساويتين . وعند القص احسبى  
حساب الخياطات والاوليه الخ .



الظهر ٣ : قمى المنتصف فى  
اتجاه نسيج القماش على ثنية  
القماش .

البياقة ٤ ، ٤ مكرر : قمى  
المنتصف فى اتجاه نسيج القماش  
على ثنية القماش .

الكم ٥ : قمى المنتصف فى  
اتجاه نسيج القماش .

الحزام ٦ : بالندة تقص فى اتجاه  
نسيج القماش .

جونيطة امام ٧ : يقص المنتصف  
بالورب الكامل .

الظهر ٨ : يقص المنتصف  
بالورب الكامل .

فسولان ٩ - ٩ - ١٩ - ٩ ب -  
٩ ج - ٩ د : بالندة تقص فى اتجاه  
نسيج القماش على ثنية القماش .

تخصيص الشغل والقص : اكوى

ان البلوزة التى تقسم لك  
باترونها هذا الشهر بياقة كلودين  
واكمام قصيرة وترتدى على جونيطة  
بليسيه .

ان الكورساج نفسه يمكن ان  
يرتدى على بياقة ايكوسيه من  
نفس قماش الجونيطة ذات الفولان  
البليسيه .

ويتكون باترون البلوزة من ست  
قطع . اما باترون الجونيطة فيتكون  
من ثلاث قطع .

أنت فى حاجة الى قماش طوله  
يتر وعرضه ١٤٠ سم لمعمل  
البلوزة والى ٢١٥ سم عرض ١٤٠  
سم لمعمل الجونيطة .

بلوزة امام ١ : قمى المنتصف  
فى اتجاه نسيج القماش .  
باترونات ٢ : قمى المنتصف  
فى اتجاه نسيج القماش .

الشركة المصرية لمواشير والاعمال  
والمنسوجات من الاسمنت المساح

**سجرات**

٥١٦٣٠  
٥٥٨٦٧

١٥ شارع شريف باشا بالقاهرة ت



تركيب مواشير لتوصيل ماء الشرب  
في القرى لتحسين مستوى حياة الفلاح  
وتقدمه الاجتماعي

منتجات من الاسمنت المساح وغير  
المساح .. مواشير - اعمدة ... الخ

الاسبستوس الاسمنت

## كوبون باترون بنت النيل

هل تريد ان الحصول على باترون هذه البلوزة  
وهذه الجونيلة ؟

تقدمي بهذا الكوبون الى ادارة مجلة بنت النيل ٤٨  
شارع قصر النيل بالقاهرة في موعد يسبق ٦  
يولية سنة ١٩٥٥ ولا يتجاوز ٢٥ منه .

**ملحوظة :** وان كانت القارئة خارج القاهرة او  
جمهورية مصر فعليها ان ترسل هذا الكوبون على  
العنوان المذكور مصحوبا باذن بريد فئة الخمسة  
قروش لتغطية مصاريف البريد . مع ذكر الاسم  
والعنوان بالكامل .

( الداخل ) • سرجى وخيطي خياطة  
• اسفل الذراع • اظلي الكم  
• ادخل هذه على وجهها في فتحة  
• الكم القلوية • سرجى وخيطي  
• قوى الخياطة قليلا امل • اعلى  
• دخلة في اسفل الكم والبلوزة .

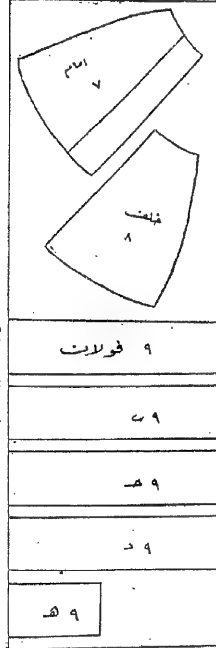
اكوي الكل جيداً .

### الجونيلة :

ضعي الوجه على الوجه جزئي  
الظاهر ثم تجزئي الامام • سرجى  
وخيطي • انتهي جيداً الى الا ترخي  
• وانت تخيطين • ضعي يمد ذلك  
• الامام والظاهر الواحد على الاخر  
• سرجى وخيطي خياطات الجوانب  
• لا تخيطي كل الجهة اليسرى لكي  
• تركبي سوستة • ادخل في هذا  
• المكان من عرض الخياطة • خيطي  
• على بعد نصف سم من الحافة .

التي الحزام الى اثنين حسب  
الخط • ضعي الوجه على الوجه  
• اسفل الحزام مع الجونيلة • طرفا  
• الحزام يجب ان يكونا من الجهة  
• اليسرى • ضعي جروجران في  
• الداخل • اسلتي الجزء الاخر بشرط  
• صغيرة • اعمل دخلة في الاطراف •  
• وكبي اياكريم • ركبي السوستة  
• من الداخل الجانب الايسر • خيطي  
• في الخياطة التي سبق عملها •  
• خيطي الطرف على الطرف قطع  
• الفولان • اعمل اليديسية بالكتكة •  
• ضعي الوجه على الوجه الفسولان  
• والجونيلة • خيطي في اسفل  
• اعمل دخلة في اسفل الجونيلة •  
• اكوي جسم الجونيلة فقط في  
• اتجاه تسجي القماش .

فتحة الرقبة • اظلي • الظهري  
الخياطات جيداً • ضعي منتصف  
اسفل الياقة في مقابيل منتصف  
اسفل الظهر • سرجى وخيطي •  
اطراف الياقة يجب ان تكون على  
منتصف الامام • اسلتي الجزء  
الاخر بخياطات صغيرة • التي  
الكم الى اثنين ( الوجهه الى





## انسجام تام



→

نوب للسهرة . غاية في الفتيق  
ويطلق الخاطون على هذا  
النوع من الفساتين اسم غمد  
السيف . ويلاحظ أنه بدون  
أكمام

←

بكورساج مسن الجروجران  
السادة مثبتت بيانسات .  
الجونيلة عريضة من الجروجران  
الربع . اتساع في أربع ثنيات  
مجوفة بدون مكواة



→

يقدم جاله جريف هذا الثوب  
الفتيق جدا والمؤلف من قطعتين  
انه من القماش الاسود .  
الخصر ضيق وبدون حزام



## ثوبان اتقان لبعث الظهر والعشاء

لقد نجح محل كارفن في اختيار ألوان هذا الثوب الرائع • فالمعطف من قماش الفاي المحلى بأزهار صفراء • الكورساج ديكولتيه مربع من الامام • والجونينلة واسعة بكشكشة عريضة.





## مصنوعان من الحرير المطبوع

ويختار الخائط « ورت » حريرا أرزق مائلا إلى الزمادي على أرضية  
 بيضاء ليفصل منه هذا الثوب ذا الكورساج الضيق بدون أكمام •  
 وأزهار القماش المطبوع مقصوصة حول الديكولتيه المفتوح على شكل  
 بيضوى نحو الكتفين •



## ثوب لكل مكان وزمان

→  
يتكون هذا الثوب من قنعتين  
وهو عبارة عن جاكيت من القماش  
سادة ثقيل بأربعة أزواج من  
الازرار وجونبليسة عريضة  
بعميمات



←  
ثوب من الكريب كاشمير صنع  
فريد كارلين وتصميم الخاطف  
الباريسي المعروف جاله فاته  
ويمتاز بالضييق وبهذا البيونكة  
المصغرة التي تحلى خصره



→  
أما الثوب الذي إلى اليمين  
فقد اعجبني به جميع من  
شاهدته في حفلة العرس التي  
تمت أخيراً بباريس . أنه  
الأناقة بعينها



هل اعجبت بهذا الثوب؟  
انه نادر فنيق النيق  
من صنع بيانكينسى  
فريبه



انك بلاشك سوف  
تختارين قماشاً مقلداً  
لتفصلى منه ثوبا لكل  
يوم . وهذا هو الثوب  
الذى وقع عليه اختيارنا

## الصيف فصل البساطة والبعد عن التكلف

لا تعملى جهدك يا سيدتى حين تختارين لفصل الصيف \* ان مبتكرى  
الازياء يوصونك بالابتعاد عن التكلف والتعقيد خاصة ان كنت تقطنين  
منطقة يمتاز صيفها بالحرارة \* انما تقدمه لك هو خير ما يرتدى في  
فصل الصيف :

البازات  
كما  
يراهن  
الخائون



بازات



بازات



مادالین دی روش



جان باسو



الافیل دیبوی



بیر هونفویل

## اختاری مایحلولك



قلمتان



ياقة السفينة



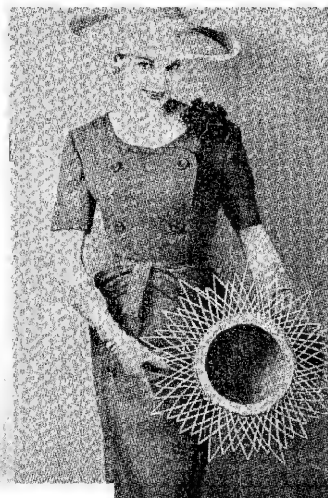
بساعة



ديكوتييه مثلث



ضيق



كودساج مینكر



## اختارى ما يحلو لك



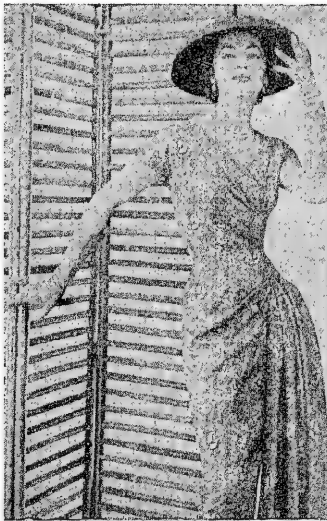
اللماش المطبوع



جونيطة عريضة



دوايه



جونيطة مبتكرة



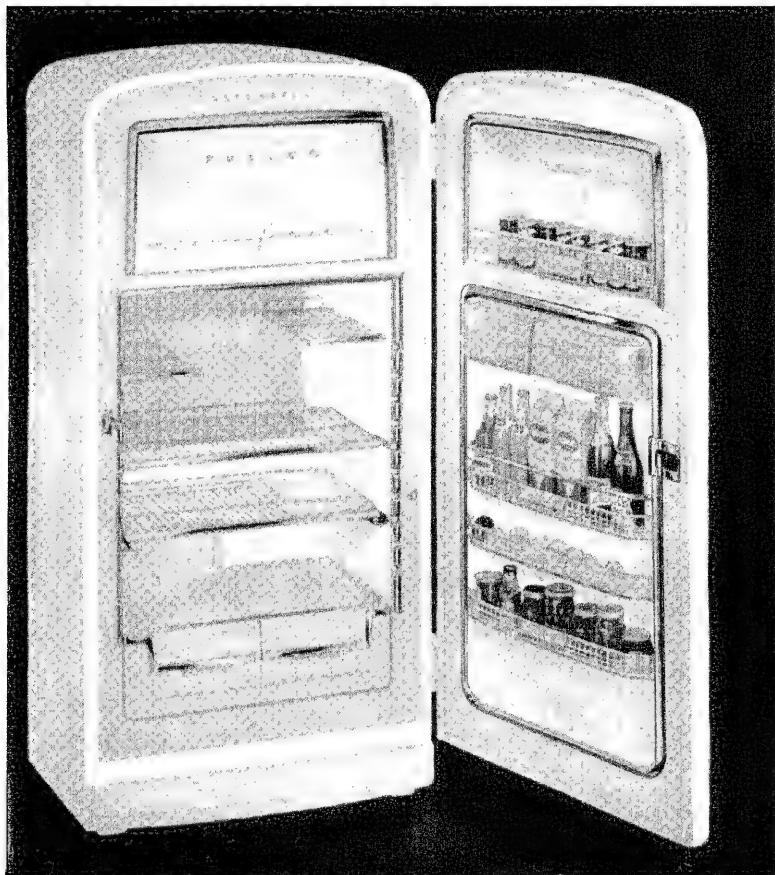
نوب ومطف



شيق الشعر



تقدم كارفن هذا الثوب المصنوع من التوال تيس والمطرز عند مترال



مميزات  
عديدة  
في  
الموديل  
الجديد

الراحة التي لا تضاهي في المزايا  
أيضا فلامبة كهربائية أخرى

# فيلكو



الوكلاء الرسميون  
بالقطر المصريون  
شركة وادي النيل للهندسة والتجارة

١٥ شارع الشيخ بك بالقاهرة ٥٣٦٠٤ - اسكندرية ٤٣ شارع سعد زغلول  
- القاهرة : شركة مواني - القنال انيكوليتش وفلاستايوس



لقد انتشرت موضة الخصر الواطئ على الرغم من الانتقادات التي وجهت  
اليها . وهذا نوب للكونتيل بكورساج ذي حمالات وجونيسلة واسعة .



يفصل صانعو الأزياء، للسائين سترات الصيف الأقمشة الخفيفة المطبوعة .  
 وها هو ذا نوب للسهرة يمتاز بجوهرية متسمة تكون من ثلاث درجات .





أنيو التكل . ذو منظر جذاب  
يعمل على موجة متوسطة وثلاث  
موجات قصيرة ..  
برنقاع للتحكم في درجة الصوت . ذو خمسة صمامات

PHILCO

3649



لوبي من الجرسية سفرايس

## نظرة سريعة الى موديلات الموسم



تواليت



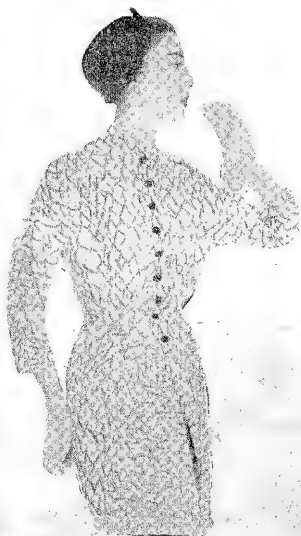
تاير



كورساج باژدار



القماش الخطط



حلية الازدار



الابيض للصيف



## نظرة سريعة الى موديلات الموسم



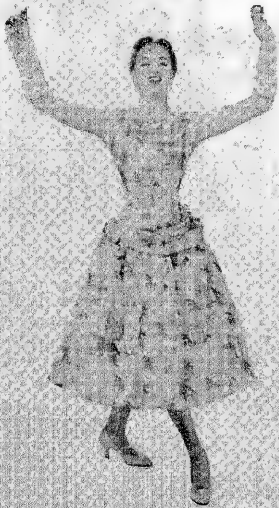
الحلية البيضاء



للمساء والسهرات



فرد السيف



الغصن الوافر



قطعتان

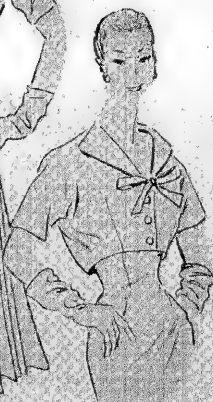


عقدة في الهولندية



## آخر مبتكرات الموضة لموسم الصيف

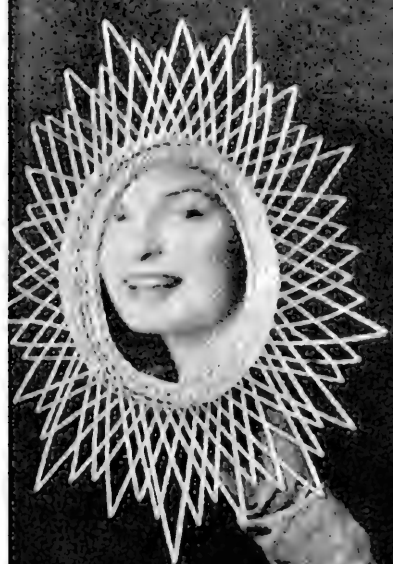








لباب  
الصيف  
الخفيفة



الايض  
لسون  
الصيف  
المفضل



فوق الى اليمين . بلسونة  
يديكولتيه كبير من جرسية  
النابليون المصنع المشفول بالورب  
والمحلى بعش النحل مسن  
النابليون السادة \*

فوق الى اليسار: بلوذة من جرسية  
النابليون الجزء الامامى محلى  
بالنابليون المصنع ودانتيسيل  
النابليون ومبطنة كلها من نابليون  
النول \*

اسفل . بلوذة من جرسية  
النابليون السادة المحلاة  
باميسمان من النابليون المصنع











## ثوبيا الصيف المفضّلان

لقد استرعى هذان الثوبان الانظار حين عرضا  
 لأول مرة في بداية هذا الموسم \* الثوب الى  
 اليمين من قماش متوسط السمك بأرضية بيضاء  
 ناصعة مطبوعة بأزهار ملونة كبيرة الحجم \* أما  
 الثوب الى اليسار فهو تأيير ضيق مصنوع من  
 قماش مطرز من اللون نفسه \*



هل فكرت في أطفالك في هذا الصيف ؟ لقد  
فكرنا نحن فيهم وقدمنا لك وإلهم ما يناسبهم في  
فصل الصيف. اختاري من هذه المجموعة ما  
يناسبهم.

# هذه هذات

من اول فبراير الى ١٠ منه :  
فكرى فيل ان يكتبى او ان  
تكلمى خاصة ان كنت متفعله .

من ١١ فبراير الى ١٩ منه :  
منك السلام قد يحصل  
بينك وبين الخطا . لا تعلمى  
بالشخص القادر على ابدالك .

من ٢٠ فبراير الى ٢٨ منه :  
انه شهر الرحلات والنزهات  
من كل ذلك .

من اول مارس الى ١٠ منه :  
استعداد طيب . مقاومة  
جسمانية طيبة تفيدك فى جميع  
الحالات .

من ١١ مارس الى ٢٠ منه :  
ان القدر يسر الى جانبك  
والخط ممكك لفترة طويلة .  
ابتسمى للدنيا .

من ١١ ديسمبر الى ٢٠ منه :  
شجر لا حركة فيه ولكنه صالح  
للانعام التى تحتاج الى خيصال  
ولهيئة جو عالى .

من ٢١ ديسمبر الى ٣١ منه :  
فى استغاثتك تنظرى نتائج  
طيبة لشطاك . شهر صالح  
للنسيوات والاسفار .

من اول يناير الى ١٠ منه :  
ستعيشين من الكوبة التى تودين  
فيها . حاتك المعوية خير منها  
فى الشهر السابق .

من ١١ يناير الى ٢٠ منه :  
لا تقررى شيئا دون ان تفكرى  
جيدا ولا تعرضى الى عسمة  
عاطفية قوية .

من ٢١ يناير الى ٣١ منه :  
لا تؤمنى بالحب السريع . كونى  
واقعية ولا تسرعى .

من ١١ أغسطس الى ٢٢ منه :  
اعتنى بعملك . لا تحاول تكدير  
من يكرهنا او من يتمتع بمرکز  
كبير .

من ٢٣ أغسطس الى ٣١ منه :  
ان تصامحك مع شرك فى العمل  
يجعل زملاؤك يحترمك ويقدرورك  
حق قدرك .

من اول سبتمبر الى ١٠ منه :  
لا تبدلى ممبلا الا ان كنت  
متاكدة من انك ستستطيعين  
الانتهاء منه .

من ١١ سبتمبر الى ٢٢ منه :  
ستكونين موضع اهتمام من  
حرك لانك من الكاء ما يجعلك  
اهلا لذلك .

من ٢٣ سبتمبر الى ٣٠ منه :  
مفاجآت عاطفية سارة . ارباح  
وصيت طيب فى النواحي الفنية  
والصناعية الدقيقة .

من اول اكتوبر الى ١٠ منه :  
عرض غير متظر قد يغير خطة  
حياتك الى احسن . ابدقاد يجلبون  
السرو الى قلبك .

من ١١ اكتوبر الى ٢٣ منه :  
لا زال الاضطراب مسيطرا على  
عواطفك واتى صبحك . انبها  
فى حاجة الى عنايتك .

من ٢٤ اكتوبر الى ٣١ منه :  
طبع ميل للنضب والنزوة .  
عنه لا مبرر له . كونى على حذر .

من اول نوفمبر الى ١٠ منه :  
لا تدشلى فى شئون غيرك الا  
لا طلب منك ذلك . لا تفرطى  
بإسراءك . واحتاطى للمستقبل .

من ١١ نوفمبر الى ٢٢ منه :  
لا تدفعى بعواطفك كونى رزينة  
ان اردت ان يتسم الحظ لك .

من ٢٣ نوفمبر الى ٣٠ منه :  
جو مشبع بالمطعة والحدان .  
مداقات لسانية قوية ولا تمنحى  
مع الايام .

من اول ديسمبر الى ١٠ منه :  
شهر فيه حركة وفيه مفاجآت  
ان النجاح ينتظرک فى نهايته .

من ١١ مارس الى ٣١ منه :  
جو عاطفى سيبه . بنة علاقات  
طيبة وبيدية .

من اول ابريل الى ١٠ منه :  
شهر مأوء النشاط والحركة .  
فيه مكافاة طيبة .

من ١١ ابريل الى ٢٠ منه :  
لاتدسى خيالك بطنى على الواقع .  
تحسن محسوسى فى كل شيء .

من ٢١ ابريل الى ٣٠ منه :  
لا تسمحى لاحد ان ينتقد سلوكك  
صحتك فى حاجة الى عناية .

من اول مايو الى ١٠ منه :  
لا تقترى على قد تدمين عليه .  
فكرى فى كل شيء . انت معرضة  
للخسارة .

من ١١ مايو الى ٢٠ منه :  
هناك من يستند فى الملمات ان  
عرفت كيف لتجدين اليهم .

من ٢١ مايو الى ٣١ منه :  
شهر ممتاز لتحقيق حلم عاطفى .  
دعوات ومشتريات مفيدة .

من اول يونيه الى ١٠ منه :  
نشاط عقلى كبير . لا تيسرى  
ما تعودت فيه لئلا تصلى

من ١١ يونيه الى ٢٢ منه :  
الهام يساعد حذك . استعداد  
للسار . دعوة ستلقينها وستجيبها

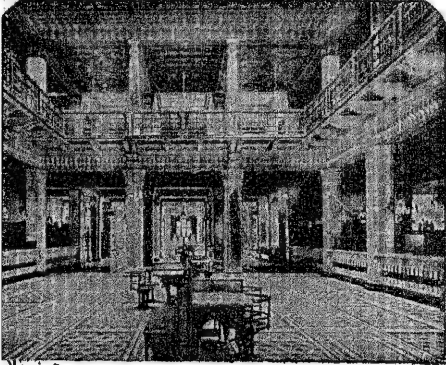
من ٢٣ يونيه الى ٣٠ منه :  
مجهود شاق قد يكلل بالنجاح  
وتخاصة من الناحية المادية . شهر  
صالح لاتخاذ القرارات .

من اول يولييه الى ١٠ منه :  
حماية ذات اثر يملك استغلالها .  
قد يتسم الحظ لك .

من ١١ يولييه الى ٢٢ منه :  
ان استطعت ان تظل على الحياد  
ضمنت لنفسك كسبا كبيرا

من ٢٣ يولييه الى ٣١ منه :  
قد تسعين فهم شعورك وشعور  
غيرك . لا تتعلم ولا تفضى .

من اول أغسطس الى ١٠ منه :  
هناك اشياء سوف تثير سفيثك  
اياك والثرثرة . حاول ان تقاضى  
مع من يفيدك .



بنك مصر  
البناء الذى رفعت به العزة المصرية  
وغامتها فى الاستقلال الاقتصادى  
مؤسس شركاتها القومية  
منشئ الصناعات الكبرى  
يشمل نشاطه كل الأعمال المصرفية  
وزعمه بعواصم المديريات ومدنها الكبرى  
وكلاؤه ومراسلوه فى كل بلاد العالم

# مقرش ريشات الفل وقت الفراغ

يمكنك يا سيدتي تنفيذ باتباع ما يأتي :

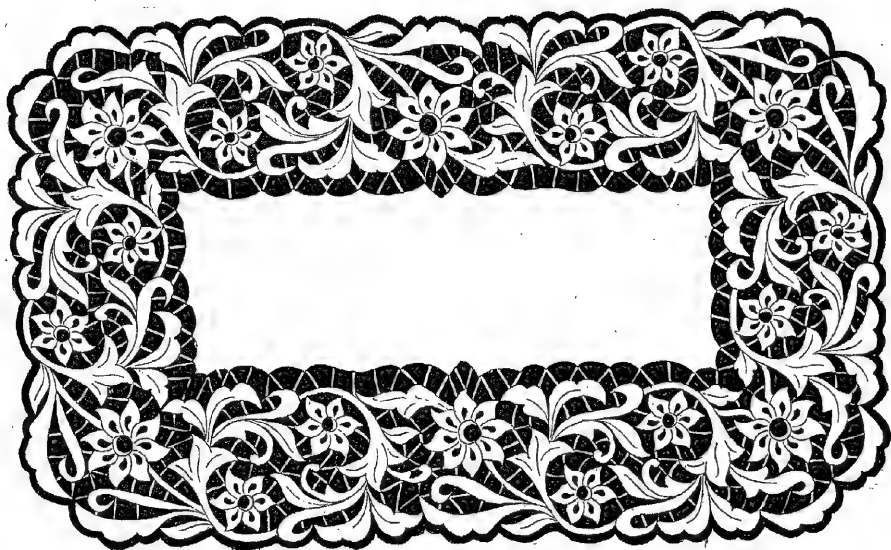
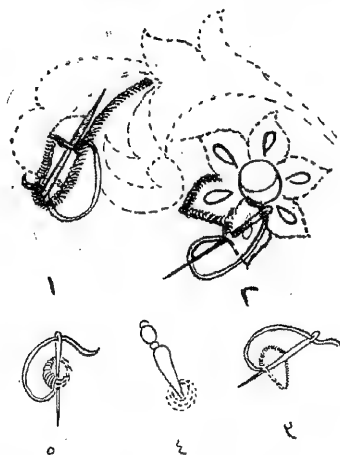
١ - يلزم له قماش تيسل رفيع لون كريم  
٤٥ سم × ٣٠ سم

٢ - لون الخيط بيج موليتين ٥٠٠ م + ثمرة ٦٤٢

٣ - يشغل المقرش كله تقريبا بغرزة الريشيليو  
أى بغرزة الفستون مثل الشكل رقم ١ لتحديد  
الرسم ثم تفرغ المساحات الباقية من الرسم وتمسك  
مثل الشكل رقم ٢

٤ - قلب الازهار تشغل ببروديه انجليزى  
مثل شكل ٣، ٤، ٥

أحكام سليمان



رسم المقرش كاملا - لاحظي اننا كبرنا  
جانبها منه على الصفحة المقابلة

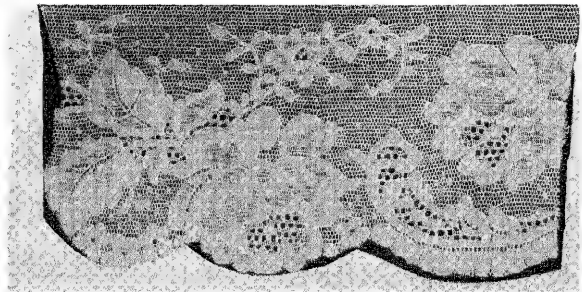


٥ - بعد اتمام شغله يغسل جيدا ثم يكوئ على  
الظهر ويفرغ حول الرسم بمقص صغير خاص  
حتى يبدو مثل الشكل رقم ٦



## الدانتيل للبياضات

كمنزون من الساتان الابيض يزيد في جماله الدانتيل  
الراسين المزخرفة به والكسر الرفيعة « التيرفير »  
التي تتخذ شكل الصدر بين الدانتيل +  
أحكام سليمان .



**النصف الايمن من الامام :**  
الابرتين نمرة ١١ ووجه الشغل  
اوصل الصوف عند وسط الامام  
حيث تركت الغرزة - ابدئي ٣ غرز  
( ٥١ غرزة )

**السطر الاول :** اشتغلي ع  
**السطر الثاني :** اشتغلي م  
**السطران الثالث والرابع :**  
كالسطرين الاول والثاني  
**السطر الخامس :** ١٦ ع - ك غ -

ع للاخر  
**السطر السادس :** اشتغلي م  
**السطران السابع والثامن :**  
كالسطرين الاول والثاني  
**السطر التاسع :** ١٧ ع - ك غ -

ع للاخر  
استمرى على هذا النمط بأن  
تشغل تكسيم الينسة كالسابق  
على كل سطر وابع مقبل الى ان  
يصبح على الابرة ٦٤ غرزة

اشتغل ٢٣ سطر بدون  
غرزة عند بداية كل سطر بعد سطر  
تكسيم

زودي غرزة في حافة الجنب على  
الاربعة الاسطر التالية ثم ابدئي ٤  
مرتين ( ٧٦ غرزة )

اشتغل ٥٠ سطرًا بدون  
تكسيم  
كسبي للرقبة بأن تغزل ٨ غرز  
عند بداية السطر التالي

تقضى غرزة عند حافة الرقبة  
على كل سطر بعد سطر الى ان تبقى  
٥٨ غرزة

اشتغل ٥ مسطور بدون  
تكسيم  
استمرى كما اشتغلت للنصف  
اليسر بأن تشغلي من × × للاخر

#### القلوب

استعمل الابرتين نمرة ١٣ وايدئي  
١٠٦ غرزة

اشتغل مضلع كالامام

غيرى في الابرتين نمرة ١١  
واستمرى كالاتي

**السطر الاول :** ع  
**السطر الثاني :** م

**السطران الثالث والرابع :** كالاول  
والثاني

**السطر الخامس :** ٣٥ ع - ك غ -  
ع الى اخر ٣٥ غرزة - ك غ -  
ع للاخر

**السطر الثالث :** اشتغل ع  
**السطر الرابع :** اشتغلي م  
**السطر الخامس :** ٣٥ ع - ك غ -  
اشتغل ع للاخر  
**السطر السادس :** اشتغلي م  
**السطران السابع والثامن :**  
اشتغليهما كالسطرين الثالث  
والرابع

**السطر التاسع :** ٣٥ ع - ك غ -  
اشتغل ع للاخر

استمرى على هذا النمط بأن  
تشغل تكسيم الينسة كالسابق  
على كل سطر وابع مقبل الى ان  
يصبح على الابرة ٧١ غرزة

اشتغل ٢٣ سطر بدون تكسيم  
زودي غرزة في حافة الجنب على  
الاربعة الاسطر التالية ثم ابدئي ٤  
غرزة على حافة الجنب على السطر  
التالي وستر بعد السطر التالي  
( ٨٢ غرزة )

اشتغل ٥٠ سطرًا بدون تكسيم  
كسبي للرقبة بأن تغزل ١٥ غرزة  
عند بداية السطر التالي  
تقضى غرزة عند حافة الرقبة على السطر  
التالي وستر بعد سطر الى ان  
تبقى ٥٨ غرزة

اشتغل ٦ مسطور بدون تكسيم  
× × كسبي للكف كالاتي  
**السطر الاول :** اشتغل الى آخر  
١٦ غرزة - دوري

**السطران الثاني والرابع :** اشتغل  
للاخر

**السطر الثالث :** اشتغل الى آخر  
٢٨ غرزة - دوري

**السطر الخامس :** اشتغل للاخر  
افق

#### يئنة الامام

استعمل الابرتين نمرة ١١ ووجه  
الشغل اوصل الصوف بالغرز التي  
تركتها - ثم ابدئي ٤ غرز

**السطر الاول :** ١٤ ع - دوري -  
ايدئي ١٨ غرزة

**السطر الثاني :** اشتغلي م  
**السطر الثالث :** اشتغلي ع

استمرى في الشغل بغرزة عادية  
على هذه الغرز الى ان يصبح مقام  
الشغل ٢٨ ٣/٤ ستمى من اصل  
الشغل المشاع واقتى عند نهائية  
سطر مغلوب لا تقضى الصوف -  
استمرى هذه الغرز في ابرة احتياطية  
وتركتها



## بول أوفر باكام جابونيز

#### الاصطلاحات

ع = معدولة ٠ م = مغلوبة  
ك غ = كوي غرزة بأن تلتقطي  
الفرزة الكائنة بين الفرزة التي تم  
شغلها والفرزة التالية واشغليها  
من الخلف

#### الامام

استعمل الابرتين نمرة ١٣  
وايدئي ١٠٦ غرزة

**السطر الاول :** ٢ ع - ١ × م -  
١ ع - دوري من × للاخر  
اشتغل هذا السطر ٤٥ مرة  
اخرى

غيرى الى الابرتين نمرة ١١  
واستغل النصف اليسر من الامام  
بتكسيم الينسات كالاتي

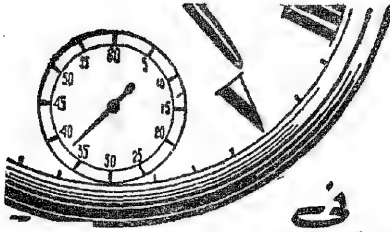
**السطر الاول :** ٤٨ ع - دوري -  
اسلتي القز الياغية على احسدي  
الابرتين الاحتياطيتين والتركتها  
جانبا

**السطر الثاني :** ابدئي ١٠ غرز  
لبئدة الكيسول - اشتغلي م  
للاخر

استغدي من الان للفصل الشتاء

يعمل هذا التريكو  
بإوفر باكام جابونيز بقلابة  
ويئة حول الرقبة ولتحة الصدر  
الواد اللازمة : ١٦٨ جراما ( ٦  
شغل ) من صوف باتونز بيهاف  
ننجرنج - ٣ نغل أو ١٩٦ جراما  
( ٧ شغل ) من صوف باتونز بربل  
هيندر ننجورج - ٣ نغل ٠ بورتان  
نمرة ١٣ وايرتان نمرة ١١ ماركة  
بيهاف أو ماركة كوين بيهاف المصنوعة  
حسب مقاييس بيهاف وايرتس  
احتياطيتين ماركة بيهاف و  
زراير و ٤ كيسولات - استعمل  
صوف P. & B. تضمني احسن  
التالي

**المقاسات :** مقاس الصدر ٨٠ -  
٨٢ ستمى ٠ لطول من اعلى الكف  
٤٨ ستمى ٠  
**قوة الشد :** ٨ غرز و ١٠ مسطور  
في كل ٢ ١/٢ ستمى مربع عمل  
الابرتين نمرة ١١ بغرزة عادية



في  
دقيقتين  
واحدة  
يمكنك  
أن تجزئ



قهوة شايحة .. وقهوة ساخنة

إذا أذيت ملعتين صغيرتين (تشيسر سانبورن) في نصف كوبية من الماء واضفت عليهما كريمة مثلجة وحركتيهما مع بعض الوقت حتى تذوب ال (انسنت كوفي)  
عند ذلك تذوق فنجان قهوة مثلج او جيلاتي بطعم القهوة إذا خلطته بواسطة «فريزر» الثلجية كل هذا لا يستغرق دقيقة واحدة



انسنت  
كوفي

**Instant Coffee**  
CHASE & SANBORN

الاسرائيلي للنوى لمجلة بنت النيل  
١٠٠ في مصر والسودان  
١٥٠ في البلاد العربية  
٢٠٠ في الخارج او ما يعادلها

السطر السادس : م •  
السطران السابع والثامن :  
كالسطرين : الاول والثاني •  
السطر التاسع : ٣٥ - ك - غ -  
ع الى آخر ٣٥ غرزة - ك - غ - ع  
للاخر •  
استمرى وصل هذا النشط بأن  
تستعمل تكسييم البنات كالسابق  
على كل سطر وابع مقبيل الى ان  
يصبح على الابرة ١٣٣ غرزة •  
استعمل ٢٣ سطر بدون  
تكسييم •  
زودي غرزة على حائتي الاربعة  
الاسطر التالية •  
ابدئي ٤ غرزة عند بداية الاسطر  
الاربعة التالية (١٥٦ غرزة) •  
استمرى في الشغل على هذه  
الفرز الى ان يصبح مقاس الشغل  
مقاس الامام حتى تكسييم الاكتاف •  
كسيي للكتف كالآتي :  
السطران الاول والثاني : استعمل  
الى آخر ١٩ غرزة - دوري •  
السطر الثالث : ٤١ - ع - تقبيل  
٣٦ غرزة (تبقى غرزة على الابرة  
بعد الغزل) - ع - لآخر •  
استمرى على آخر مجموعة من  
الفرز كالآتي :  
السطر التالي : م •  
السطر التالي : ٢ - ع - ما - ع لآخر  
٣٨ غرزة - دوري •  
السطر التالي : م •  
السطر التالي : ٢ - ع - ما - ع لآخر  
- اقل •  
اصيدى وصل الصوف الى باقى  
مجموعة الفرز واكملته حتى يصل  
مقاسه الى مقاس الصنف الاول •  
بندة الرقية  
بوجه الشغل اسلى ١٨ غرزة  
( وهى السابق تركها على الابرة  
الاحتياطية ) الخامسة بندة الامام  
على الابرة نمرة ١١  
واستمرى كالآتي :  
السطر الاول : ١٦ - ع - دوري •  
السطر الثاني وسطر بعد سطر : م  
دوري •  
السطر الثالث : ١٤ - ع - دوري •  
السطر الخامس : ١٢ - ع - دوري •  
السطر السابع : ١٠ - ع - دوري •  
السطر التاسع : ٨ - ع - دوري •



والبعض يحتاج للغذاء كل ثلاث ساعات أن أن يقدموا قليلا في السن ، ولكن يصل طفلك لهذه الغاية قد يكون سهلا أو قد يحتاج لوقت أطول من المعتاد . وعندما يبلغ طفلك ستة أسابيع أو شهرين فقد ينم طول الليل بعد رضعة المساء الأخيرة . . . ولكن بعض الأطفال لا يصلون إلى هذه النتيجة الأخيرة إلا بعد وقت أطول وقد يحتاجون لرضعة في منتصف الليل . ولا يحتاج الطفل لأن توقيظه من نومه لإعطائه رضعة الليل إلا إذا نصح الطبيب بذلك لأسباب خاصة . . .

هذه ، ولكي تكون الرضاعة من الام عليه مرضية وسارة للطفل ولها ، فانه يجب عليها أن تتأكد من انها تفصال احتياجا لها لكي تكون في صحة جيدة . وهذا ليس دائما بالامر الهين ، لان السيدة عندما تصبح أما حديثة تكون عرضة لان تفكر في صحة طفلها اكثر من نفسها ، ولكن لكي تظل سعيدة وصريحة ، ولكي تسترجم قواها عندما تنتج الغذاء لطفلها تحتاج ان اتبع طرق لها اهميتها

المعملة . فالام التي ترضع طفلها تحتاج لنفس الاطعمة الجيدة التي يحتاجها أي شخص صحيح بالغ . وتأتي في المقدمة التغذية الجيدة ، ولكنها في حاجة الى كميات اكبر من بعض تلك الأغذية . فإذا كانت تتناول اغذية جيدة تحتاج فقط لاجراء تعديلات قليلة في اكلاتها لى مدة الرضاعة .

وكل أم مرضع تحتاج لثمانى ساعات على الأقل من النوم في الليل وساعة للراحة أثناء النهار - لأنها اذا كانت متعبه لا يمكنها انتاج كميات كافية من اللبن للطفل - وفترة من النوم أثناء النهار - تصبح في غاية الاهمية عندما يكون طفلك لا يزال يتناول رضعة في الليل تحركه من النوم لمدة طويلة غير متقطعة . . . أم مجربة

واعطاء الطفل فرصة لكي يضع لنفسه نظام تغذيته ذاته يحتاج لتقدير وجهه أكثر من ارضاعه في مواعيد محددة ، ولكنه أمر سهّل بكثير من أن يكون لك طفل غير سعيد ، فإذا كنت لا ترضعين طفلك فهذا يعني ان تجزى عن عسدد كبيراً من زجاجات اللبن في الأسابيع الأولى لتتأكد من أنك ستجدين زجاجة جديدة في كل مرة يجوع فيها ، وأيضاً عليك أن تلاحظي ابنك جيداً لتعرفي متى تحركه بأنه جائع حقاً . وهذه الطريقة لا تعنى ارضاعه كلما بكى ، كما تعنى أيضاً بأنه لا يهم متى يجب ارضاعه وبأنه يمكنك عمل ذلك كما يناسبك بدلا مما يناسبه هو . . .

والنتيجة لكل ما تقدم اننا نحتاج لان تفصل الى أوقات منتظمة أماكن لتغذية الطفل والا فان نظام الأسرة يفسد وبالتالي أيضا الطفل، ولكن هذه الحركة نحو الانتظام يجب ان تأتي تدريجيا . . .

وإذا أنصحك بأن تدعى طفلك يختار اوقات اطعامه فان تلك المواعيد ، وعدها ستكون في الاول غير منتظمة ومع ان الأطفال ينمون معظم الوقت في الأسابيع القليلة الأولى ولكنهم لا ينمون مدة طويلة مستمرة ، فقد يستيقظون ويبلون أنفسهم محتاجون للطعام حوالي اثنتى عشرة مرة كل اربع وعشرين ساعة عندما تكون معدتهم صغيرة جدا بحيث لا يستطيعون الا اخذ كمية قليلة من اللبن في كل مرة . ومع ذلك فانه عندما يكمل الطفل الشهر الاول فانه غالبا ما يكون هناك فترات تمتد لفوات ساعات او اكثر بين اللوات ، وفيما بين الشهر الثاني والثالث كثير من الأطفال يناسبهم ان تكون الرضاعة كل حوالي اربع ساعات في أثناء النهار

كلما بكى قد يسبب نفس المتاعب ، فقد لا يكون الطفل جائعا عندما ينعبد ولا فعله الطفل باللبن لا يجعله سعيدا ، اذ أنه يرضع ثم يرجع ما اخذه مرة ثانية . . . ولكن في اغلب الاحيان ستعرف كل أم بعد وقت قصير أنه يجب ان تحسك بنفسها متى يكون طفلها محتاجا للطعام ، ولو ان هذا الحكم سيعتمد كثيرا على نصيحة طبيبه . . .

## علمت خصيصا لبشرة الطفل الرقيقة



استعمل بودرة  
جونسون  
للأطفال

المفضلة لطفلك - مفضلة لك أيضا

الأفضل لطفلك ، أن تستعمل بودرة جونسون للأطفال لأنها نظيفة ورائحة فضيلة عن غيرها عطريّة طيبة ، إنها خير ما وجد لإزالة الصلح الحديث ، هي تتركه مبرقعة من البسبث قام به جونسون وجونسون الأخصائيون العلميون في علاج الطفيل . استعمل بودرة جونسون للأطفال بانتظام ، فهي جديرة بثقتك التامة من حيث الجودة .



أتبس القلوب واشقاها .. هي  
أزفها شعورا وارملها حسا !

من أبرز تفسيحات المرأة أنها  
ترتدي من الثياب ما يثير البرودة  
في جسمها ويبعث السدف في  
أجسام الرجال !

الزوجة أقدر على التحمُّم في  
قلبها من الرجل .. بدليل أن  
الرجل يتزوج من أجل الحب ..  
أما المرأة فأنها تحب من أجل  
الزواج !

المرأة الخجول تعجب بالرجل  
الجرىء .. ولكن الرجل الخجول  
لا يعجب بالمرأة الجرئية !

من الحكمة أن تقتصد في  
أوطاننا .. ولكن الذي يعرف  
الحب .. لا يعرف الحكمة !

في عالم الحب جحيم .. ونعيم  
.. فلا تكاد تغادر جحيمه إلى  
نعيمه .. حتى نحن إلى الجحيم  
من جديد !

متنتي اللبابة أن تحدث حبيبك  
عن الزواج .. وتحدث زوجتك  
دائما عن الحب !

« الهدايا فظرة توصلك إلى  
قلب المرأة .. ولكنها لا تفهم  
لك الاستقرار فيه !

إذا دخلت الغيرة من الباب ..  
فقرت السعادة من النافذة !

الزواج يفتح شهية الرجل للنساء  
ويقلل شهية المرأة للرجال !



المرأة تحب الرجل الذي يعذبها  
.. وتعبد الرجل الذي يحبها !

المأذون هو العيب الوحيد الذي  
تتمنى كل فتاة أن لا تقابله سوى  
مرة واحدة في حياتها !

البيت مملكة يتنازع تاجها رجل  
وأمرأة .. فيخسر كلامها الحركة ..  
ويترعب على عرشها طفل !

كثيرا ما يكون الفرق الوحيد  
بين الخادمة والزوجة أن الثانية  
لا تتقاضى موطئا !

يتعب الرجل من مقابلة النساء  
في شبابه .. ويشعر بالاعياء من  
«طاردتهن له في كهولته» .. وبالكساح  
من «الطاردتين في شبخوته» !

يتألف البيت السعيد من زوج  
أعمى .. وزوجة عمياء .. وحماة  
غرساء !

تطلب المرأة من الرجل أن يسدها  
حتى تتمكن من أسعده .. ولكن  
الرجل يرى أن السبيل الوحيد  
لأسعاد المرأة هو أن يتنازل عن كل  
ما يسبب له السعادة !

# 

## 

إذا أردت خياطه أقمشة  
جديدة رفيعة ملابس  
الموسمين والأجائزا ،  
والأقمشة النايلون القابلة  
للانزلاق منك أثناء خياطتها  
على الماكينة ، فاشيكى  
أطرافها مع بعضها بمشابك  
الغسيل أثناء تمكينها كما  
هو موضح أمامك بالرسم .  
فذلك قد يساعدك كثيرا  
ويحفظها من الانزلاق أثناء  
العمل .



٢ - استعملى ثقل الشاي المندى في كس السجاد وذلك  
برشه على السجادة وتركه عليها مدة عشرة دقائق ثم  
اكس السجادة . له فائدة كبيرة في إزالة التربة وترهية  
لون السجادة .

٣ - أزيل بقعة القهوة من المارش بنقعها مدة عشر  
دقائق في كمية من الجلسرين ، ثم تغسل بالماء البارد ثم  
بالماء الدافئ والصابون وتغسل .

٤ - اغسل مشابك الغسيل كلما اتسخت بأن تضعيها  
في كيس من القماش وتربط فيه ويرج الكيس في ماء  
ساخن وصابون لعنة مرات مع تغيير الماء كلما اتسخ . ثم  
تغسل بنفس الطريقة في ماء دافئ ثم ماء بارد . ثم تنزع  
من الكيس وتقرد فوق فوطه نظيفة لتجف .

٥ - إذا أخطأت وبلعت شوكه سمك أثناء الأكل فأحسن  
طريقة لإزالتها من حلقك هي أن تشربى حوالى نصف فنجان  
كبير من عصير الليمون فتزول في الحال . وذلك لأن  
شوك السمك سريع الذوبان في الليمون .

٦ - إذا لوثت الأقمشة الجيرية ببقعة زيت الماكينة  
أثناء التمكين فأحسن طريقة لإزالتها هي أن تربطى كمية  
من بيكربونات الصودا في شاشية وتدعك بها البقعة فتزول  
في الحال .

٧ - أزيل رائحة السمك والبصل من يديك بغسلهما  
بماء بارد مضاف إليه قليل من الخل أو عصير الليمون .

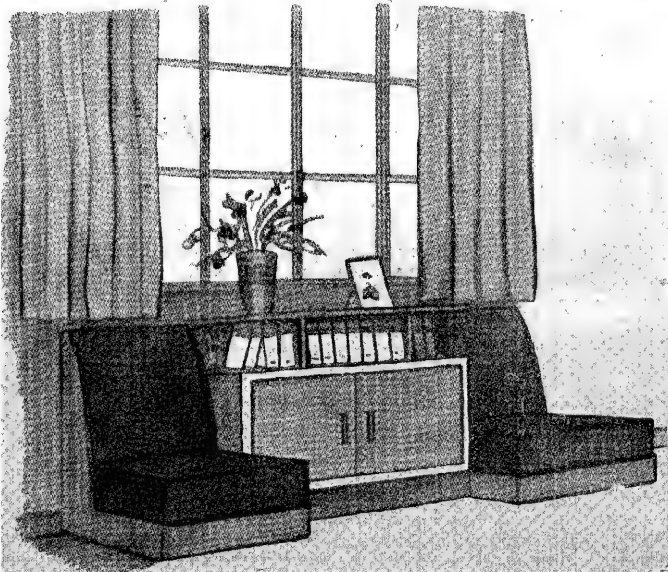
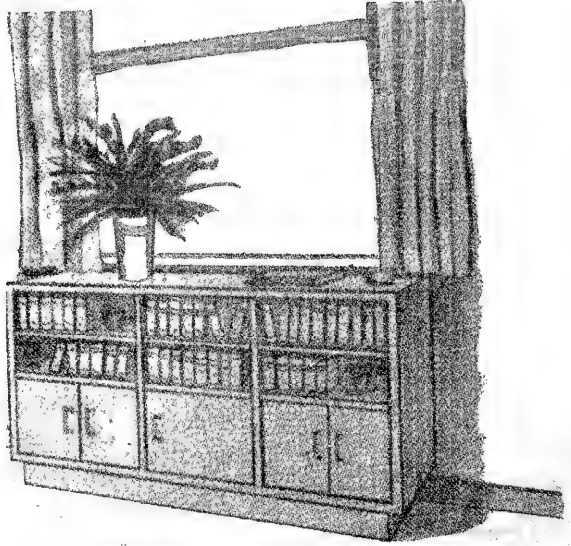
٨ - أزيل بقع الخضر الملتصقة بأصابعك من تأثير العمل  
بالمطبخ بدعك أصابعك بقليل من عصير الطماطم أو الليمون .

# ملائمة أماكن مكتبة المنزل

بقية أثاث الغرفة • وإن  
أردت التوفير فلا بأس من  
صنعها بالخشب الأبيض  
ودهنه بنفس لون حوائط  
الغرفة •

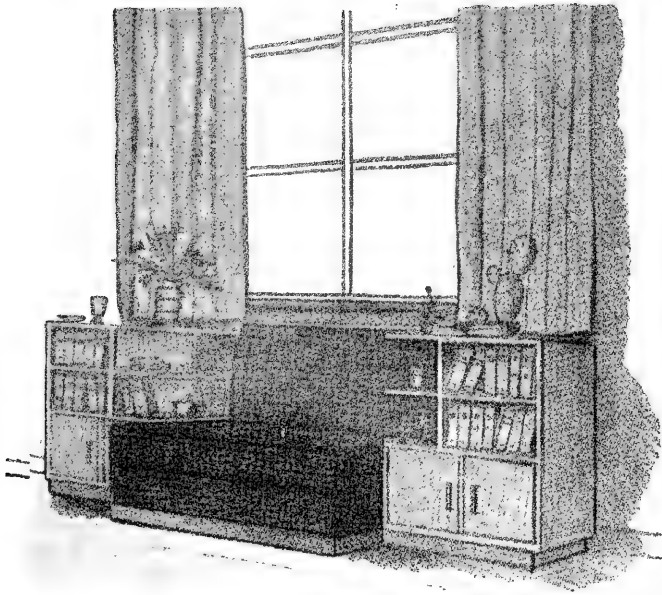
إن الأثاث الذي اخترناه  
هنا ، هو عبارة عن « باهو »  
خصص جزؤه الأعلى ليكون  
مكتبة ويشغل عرض النافذة  
كله •

أما التصميم الثاني فهو  
« لباهو » من الخشب  
الطبيعي بأبواب منزلقية  
ويؤدي لك عدة خدمات ••  
لقد حل على جانبيه بكرسيين  
من نوع « الفوتيل » وعليه  
وف تنظم عليه الكتب ••



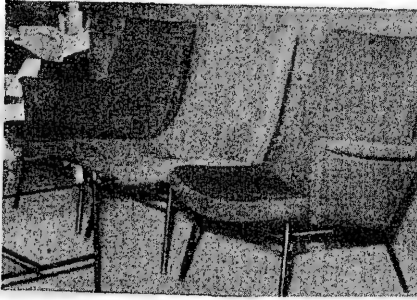
في معظم الشقق الحديثة  
البناء يكون أسفل النافذة  
على ارتفاع ٨٠ سم أو ٩٠  
سنتيم عن الأرض • يجب  
عليك إذن أن تستغلي هذه  
المساحة استغلالاً مفيداً بأن  
تضعي فيها قطعة أثاث ذات  
فائدة ••

وعلى حسب الغرض الذي  
ستؤديه فإنه من المستحسن  
عمل هذه القطعة من نفس  
الخشب الذي صنعت منه



وتوضع عليه البيبلوهات  
ويلاحظ أن أسفل الكرسيين  
من ذات الخشب الذي صنع  
منه « الباهو »

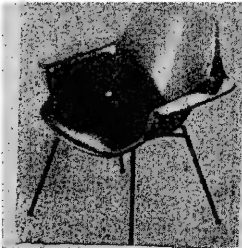
وأخيرا فإن هذه الكنية  
الصغيرة يمكن أن تضعيها  
في الصالون أو في الصلاة  
أو في حجرة المكتب • وقد  
حرصنا على أن نحل جانبيها  
بقطعتين من الأثاث على  
شكل مكتبة • أما سطحها  
فقد وضع عليه نبات الصبار  
والبيبلوهات الصغيرة  
المنقاة



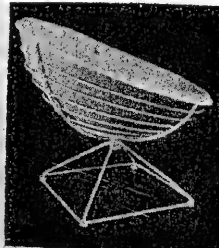
## كراسي حديثة بالبلاستيك

لقد كسب «البلاستيك» الجولة الأخيرة في  
المعرض الذي أقيم أخيراً بباريس حيث عرض  
أحدث ما ابتكره مصممو قطع الأثاث • وابتاز  
«البلاستيك» على غيره من المواد بالخفة والمتانة  
والليونة وسهولة الصيانة •

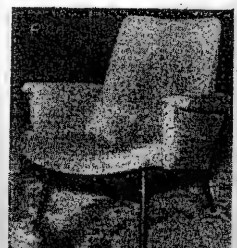
١ - كراسي الكتب : مستقل الواحد من الآخر ويمكن جمعها بحيث  
تكون كنية مريحة أو متفردا • وقد كسيت باللدنوبيلو والتويد  
أو البلاستيك •



٤ - الكرسي الطاطي : إنه مصنوع  
من مادة البلاستيك المشهورة في قالب  
واحد • وقد وضع على كادس معدني •  
وأرجله عبارة عن أسياخ من الحديد



٣ - كرسي الواداد : هو عبارة عن  
دوائر معدنية يميناً ويساراً، وجداره  
مغطى بوسادة لدنوبيلو وبلاستيك قابلة  
للنفيل • الكرسي يدور على محور •



٢ - الكرسي المريح : هيكله المعدني  
مكسو باللدنوبيلو • الوسائد مغطاة  
بالتويد المفوس بالسلكون الذي  
يزيده قوة ويسهل أمر صيانتها •

## استفتاء شعبي آخر

كل نظام جديد • وكل تشريع جديد • يدور على الورق كسلاسل شاملا • لا عيب فيه ولا نقص ولا عوج •

وكل نظام جديد • وكل تشريع جديد • يعانى حيرة شاملة كاملة فى التطبيق والتنفيذ • تنجم عنه مشاكل كثيرة وخطيرة • لم تخطر لواعظ النظام • او منشئ التشريع •

ويصدر التفسير قلو التفسير • وتفسير للتفسير الجديد • • والجرة هي • • والمشاكل لم تنفض •

وهذا شأن النظام الجامعى الجديد • • لحكمة ما • لم نفهمها • ولا نطعن احدا فيها • حتى الصفيين والمكرين الذين عرضوا للنظام الجديد بالثقل والتوجيه • • لحكمة ما حرم طلبة السنوات النهائية والسنوات الثانية من كل فائدة او ميزة • • التوظيف الفنى • والدور الثانى الى • • ثم لا ينطبق عليهم القانون الجديد من حيث الرسوب فى علم او علمين • اذا فهنا هذا بالنسبة للسنوات النهائية • فلماذا تعتبر السنة الثانية نهاية مرحلة • وما الفرق بينها وبين غيرها من سنى البكال • انها حكمة جل من يعلمها •

هذه اصابع عرض سيادة وزير التربية والتعليم سياسات التعليم فى استفتاء شعبي عام • واعن ان نتيجة سيكون لها الاعتبار الكامل • فظرب بذلك ثلاثية الحكم • ولكن اليس التعليم الجامعى تعليم • وليس للطلبة رأى فيه • ؟

نريد للمثل الاعلى ان يظل عاليا مرتعا بالنسبة للجميع • م • السنجرى

## الجامعات فى نشر

### نحو جامعة الفصل

لا ادري لماذا يصير الدكتور عثمان خليل عميد كلية الحقوق بجامعة ابراهيم عسل فمفصل الجنتين فى كلته اقصد فمفصل الطلبة عن الطالبات ومحاولة التفرق بينهم • فى فاعات المحاضرات لا يجوز لطلبة ان يجلس بجانب طالب فى فناء الكلية محظور على الطلبة ان يتحدثوا الى الطالبات وعندما تلتقى باحدهم يشكو لك من هذا التمسك الذى لا مبرره • ولا ادري لماذا يتبع الدكتور عثمان خليل هذه الطريقة • بالرغم من انه رجل دارس وفاهم لكل امور الحياة • ويطمس ان اختلاف الجنتين داخل مدرجات الدرس اخف ضررا من اختلاطهم خارج هذه المدرجات • كما يعلم ايضا ان هذا الاجراء قد ياتى بنتائج اسوأ اقصد بعكس ما يروجوه • • اننا بلد فى طريقه الى التحرر • التحرر من الرجعية والانغلاق والتقاليد البالية • • لذلك يجب ان نتخطو نحو هذه الاهداف ولا نتقف فى منتصف الطريق حتى نصل الى ما نحن راغبون فى الوصول اليه

سمير عبد القادر

## أسرار الجامعات

♦ لا ينتظر ان تعلن نتائج امتحانات الكليات قبل منتصف شهر يولية القادم • والتصحيح جار على قدم وساق • ويرجع سبب هذا التأخير الى زيادة عدد طلبة الجامعات

♦ لم تحدد بعد الكليات العدد الذى ستقبله فى العام القادم

♦ على الرغم من موجة الحر التى اجتاحت القاهرة فى شهر يونيو المصمر فان الطلبة ادوا الامتحانات التحريرية بعد الظهر دون ان يبؤوا

أى تعلم

### مسابقة الصحافة الجامعية

على كأس الدكتوروة درية شفيق نظرا لانشغال كليات الجامعات المصرية فى الفترة المحددة لمسابقة الصحافة الجامعية عمل كأس الدكتوروة درية شفيق بأعمال الامتحانات - تقرر مد أجل المسابقة الى نهاية شهر سبتمبر المقبل حتى تناح الفرصة للكليات التى لم تنته بعد من اعداد مجلاتها بالاشتراك فى المسابقة •

هذا وسيقام الاحتفال بتسليم الكأس والجوائز الى الطلبة والطالبات فى بداية العام الجامعى

فوجىء طلبة كلية الهندسة بجامعة القاهرة الذين يمتصون بالجانبة • بقرار من مجلس الجامعة يقضى بمنحهم نصف مجانية فقط والغاء قران مجلس الكلية السابق والذى يقضى بحقوقهم فى المجانية الكاملة

♦ وصلت عدة شكاوى الى ادارة الجامعة من طلبة وطالباتها وذلك بسبب عقد الامتحانات فى اوقات غير مناسبة كذاك لضيق الوقت المقرر للاجابة على الاسئلة

♦ تأجل اجتماع لجنة الصحافة الجامعية لكأس الدكتوروة درية شفيق الى سبتمبر القادم

♦ ضبط مهندس وهسو يؤدى الامتحان بدلا من احد طلبة كلية الهندسة بالسنة الاولى

♦ بدأ بعض طلبة الجامعة يترددون على المكتبات المأبأة لاستعارة الكتب التى ستكون ضمن برنامجهم الدراسى فى العام المقبل

♦ يستعد الاساتذة والطلبة للقيام بالرحلات الصيفية فى داخل البلاد وخارجها • وستذهب بعض الكليات الى فرنسا واسبانيا وايطاليا • وينتجه البيض الاخر الى لبنان

♦ يقوم قسم الدراسات القديمة بكلية اداب جامعة القاهرة برحلة الى اليونان لزيارة اثارها القديمة والتجول فى احوالها

♦ نظمت ادارة جامعة القاهرة رحلة لزيارة فرنسا واسبانيا وانجلترا تبدأ يوم 11 اغسطس القاهرة

♦ تستغرق شهرا وقيمة الاشتراك فى هذه المرحلة ثلاثة وتسعون جنيها

♦ تبين ان اللجنة التى يسندها اسناد كلية الطب بالقصر العيسى قد اشتركت فى تنسيق مساحتها وبيعها احد محررى دار اخبار اليوم المشهورين وقد تقاضى الحرور المذكور مقابل ذلك اجرا قدره ستون جنيها وينتظر بئاه على ذلك استبعاد المجلة من مسابقة الصحافة الجامعية

## خبر نفيم

تظهر تحت هذا العنوان كل شهر الاقتراحات والآراء التى ترد اليها • • ويبت البتل تعلن ترجيحها بكل الاقتراح وتعد بنشرها ما دام فى حدود القانون والنظام • • وارجو ان ترفق بالاقتراحات صور اصحابها لنشرها بجانب اقتراحاتهم • •

### الانسة آمال محمد فخري - حقوق القاهرة •

اقترح تطبيق نظام التعويض بالنسبة للآلة الجديدة للامتحانات لانه نظام عادل • وحتى لا تضطر الطلبة ان تضيع سنة من عمرها لانها لم تستطع ان تحصل على الدرجات المطلوبة فى اكثر مسين مادتين



### الانسة نبيلة السيد احمد - اداب القاهرة •

اقترح ان تخفف الجامعات الاشتراك فى رحلات الخارج التى تنظمها اثناء العطلة الصيفية بالنسبة للطلبات الرياضيات جزاء لهن على مساهمتهم الفعالة فى دفع راس الجامعة الى الميدان الرياضى



# كل شيء .. عن الإتيكيت

معاملتك .. لبناتك

تدعنا لك في السدد الماضي بعض القواعد السلوكية في معاملتك لابنائك للذكور .. واليوم نقدم لك منها في معاملتك لبناتك ..

والبت هي المرأة التي تعكس صورة أمها .. وإذا كان الولد سر أبيه .. فإن البنت سر أمها .. ولكن تكون صورتك في شخص ابنتك صورة جميلة جليلة عليك بالاحترام بإقامة علاقة قوية بينك وبين ابنتك علاقة ليها الاحترام والتقدير والحب والنقطة المتبادلة .. وهذا أمر يتطلب منك بذل الكثير من الجهد والناية ..

١ - كوني حازمة في معاملتها أثناء الطفولة .. فإن تعديلها في الصغر يفلت زمام قيادتك لها في الكبر .. ولكن لا تكوني قاسية عليها فتزولي في نفسها الشهور ٢ - تخيري صديقاتها بنفسك .. بالتعود والجفاء تحول .. ولكن لا تحاول فرض من لا تحب منها عليها ..

٣ - لا كانت وظيفة الفتاة الأولى في البيت .. وجب عليك تنظيم نوع من المراسم النسائية حسب تدرج سنها في المرحلة الأولى اعدي اليها مهمة العناية بمرورسها « الدمية » وبلوزاتها وبعد قليل اعدي اليها باعداد ثوب المروسة تصنعها بيدها .. وهكذا ..

٤ - من أهم الدورات التي تقدم للفنسة في طفولتها دوروس الإتيكيت والنظام وتربية اللوق .. ومن التمرينات العملية في ذلك أن تسدي اليها تنظيف حجرتها وترتيبها وكذا الاشراف على نظام وغداء شقيقها الصغير ثم اعداد المائدة والمساهمة في انتقاء ألوان ملابسها .. وبلى ذلك اعطاها مسؤوليتهم بجديد وترتيب اثاث المنزل بما تراه بلوقها التي الحديث .. فمثل هذه المسؤوليات تخلق ليها الشخصية وترمي فيها اللوق السليم ..

والفئة في سن المراهقة فضاز اخبر محصلة فاسلة في تكوين

شخصيتها وتكرير مستقبلها .. فانها في هذه السن تكون شديدة الحساسية متفتحة المشاعر متدفقة الحيوية .. والام الواجبة هي التي تعرف كيف تغزو بشقة فتاتها وصداقتها أثناء هذه الفترة فان ذلك يساعد على الوقوف على طبيعة أفكار فتاتها ونوع اتجاه مشاعرها .. فيكون توجيهها لها توجيها واقعيا فعلا وتكون رعايتها عليها رقابة مجدية متمرة ..

ومن الصالح ان تقدمها لك في هذا السبيل :

١ - احذري أن تشعريها بتجسسك عليها حتى لا تدفعها الى استغفالك في تصرفاتها .. ٢ - قسي لها دراسة علمية مهذبة من السقائق الجنسية حتى يمكن تنويرها بالإضمار التي تحقق بأنوثتها في هذه السن المبكرة .. ٣ - الفاتنة الواجبة هي التي ولا شك على حماية نفسها من الانحرافات والسقطات العاطفية ..

٣ - لا مانع من اصطحاب فتاتك معك في زيارتك اذا كان البيت الذي تقصدها يضم فتيات في سنها حتى لا ترم فتاتك على مشاركة السيدات مجلسهن ..

٤ - لا تحاول منع فتاتك من قراءة القصص العاطفية أو مشاهدة السينما أو مقابلة الرجال تحت اشرارك .. فان منعها من ذلك هو الذي يثير عواطفها ويخربها بشاعرها .. دعها تعيش عيشة طبيعية خالية من العقد النفسية ..

٥ - يمكنك تهاديب مشاعرها فتاتك عن طريق غير مباشر فان الوظف والنصيحة من أول ما يثير العناد ويقتل الشخصية في الشباب .. فلي لها بعض القصص التي تصور حول عواطف نبيسة شريفة أو قصص تجد ليها التجارب القاسية التي تقوضها الفتيات القسريات .. فان القصص فعلا كبيرا في توجيه أفكار الشبيبة وأحاسيسهم ..

٦ - لا تمنى مواطنها تحر نحو رجل تمرلين سلفا أنه لا يلبس أو لا يستطيع الزواج منها ..

( البقية ص ٩٣ )

اسمى

الاشارة ذات  
الشهرة العالمية



ذات رائحة  
شبه رائحة  
السكر حتى  
الذوق الرائع

صحت  
الطعام

مرونة  
في البناء  
والجفاف  
والنكهة

تقشر  
بطريقة  
بشرية

ترك طعم  
السكر في  
الحنجرة  
والفم

أفضل ما وصلت اليه  
الصناعة الأمريكية



استهلك  
مودعها RCA

الوكالة الوحيدة  
شركة الجابري  
ابراهيم وصفي بك الجابري

القاهرة - ارمينجها الميرية ٢١٥٩ - ٥٨٩٩١ - الميرية ١٦٣٣ - الميرية ١٦٣٣ - الميرية ١٦٣٣

المطبخها من جميع مستلزمات المجهزة المصرية



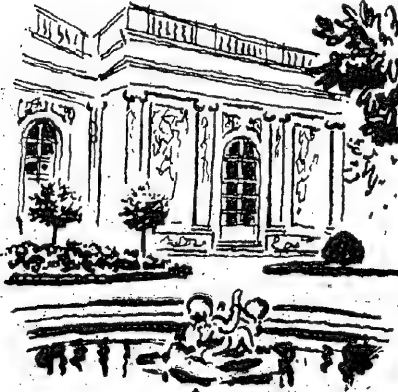
الى الغيضة التي يوجد فيها تمثال لبيجال ، سالت بستانى  
المركيزة : - ما اسم هذه الغيضة ؟  
فاجاب الرجل :

- كانت تسمى فيما مضى ياسيدتى غيضة الحب . وهى  
فى الوقت الحاضر غيضة الصداقة .

ولم تستطع الملكة أن تكتم ابتسامتها ، لانها كانت تعرف  
كيف يتغير شعور الرجال . وكانت مدام دى بومبادور  
تشكو من زمن طويل مرضى رئتيها . وخلال شتاء سنة  
١٧٦٣ و ١٧٦٤ اقترفت حقاقة الذهب الى « شوازى »  
وأثناء سفرها بالعبدة أصيبت بالحقان فى الرئة دام من  
سنة الى سبعة أسابيع وصاحب ذلك بطبيعة الحال ارتفاع  
فى درجة الحرارة وسعال متلاحق وبصق دم . وكان الملك  
يعودها يوميا عدة مرات . وفى أيامها الاخيرة طلبت أن تنلى  
عليها وصيتها التي طلبت فيها من الله أن يمنحها نعمة الميتة  
الصالحة . وكانت تتألم ألأاما فظيعة . وكتب ولى العهد  
الذى كان لا يحبها الى أسقف فردان يقول : « انها تموت  
بشجاعة نادرة ... وكل نفس تأخذها تعتقد أنه الأخير .  
انها من أشد النهايات إيلاها وقسوة ... »

واعترفت ونالت الشجعة الاخيرة فى الخامس عشر من  
أبريل وهو أحد الشعانين من يدى راعى كنيسة المادلين  
التي تقع فى منعقتها . قالت للنفس وهو يستعد للخروج :  
« لحظة ياسيدى القس .. سترحل معا . »

ومامت فى الساعة السابعة والنصف .  
وكانت العادة المتبعة فى قصر فرساي أن جميع الضيوف  
الذين لا ينتمون الى الاسرة الملكية كانوا يعتبرون كمدعوين  
فلا يحق لهم أن يموتوا هناك . وسرعان ما وضعت الجثة  
على محفة لنقل الى أوتيل دى بومبادور القريب من القصر  
ناحية جناحه الشمالى . وجررت مراسم الدفن فى الصباح  
عشر من ابريل سنة ١٧٦٤ فى الساعة السادسة مساء .  
وكان الملك على شرفة مكتبه ومعه تابعه «شونلو» الذى  
وصف هذا المنظر قائلا : « كان الجو رديئا والسماء تمطر  
بشدة والريح تعصف عاتية فتغطي المشاعل . وراقب الملك  
الموكب الجنائزى وانتظر الى أن مر ثم دخل غرفته ووجهه  
غارق فى سيل من الدموع . وقال: هذا هو الواجب الوحيد  
الذى استطعت أن أؤديه الى صديقة العشرين سنة . »



بيتها مكتفية بتسقط الاخبار فى قلق مما كان يدبر فى  
الخفاء .

وذات يوم ، بعد أن تناول لويس الخامس عشر طعام  
الافطار ، انتقل الى مكتبه وهو بالروبو دى شامبر ، وأخذ  
يروح ويغدو متوكئا على عصا خفيفة وقد اكتاب وجهه ولم  
ينبس ببنت شفة . وكان ينظر من النافذة تارة ويقف تارة  
أخرى يفكر . وفجأة اقترب الملك من مدام دى برانكاس  
وقال لها : - أعيرينى معطفك .

وبعد أن وضعه على كتفيه اتجه نحو حجراته الداخلية  
بعد أن قال لمن حوله : - لا تتبعونى .

وعاد بين الساعة الثالثة والرابعة . ويقص علينا ديفور  
دى شفرنى الذى رأى هذا المشهد : « ان الملك لم يعد نفس  
الرجل . فعوضا عن النظرة العنسة القاسية كان هناك  
وجه هادى ونظرة لطيفة . كانت الابتسامة على شفتيه وكان  
يتحدث بدون انفعال . ووجه الكلام البنا جميعا وأخذ  
يتهمك على المعطف الذى كان يرتديه وتركنا وهو يقول انه  
ذاهب للاكل وانه يحننا على أن تفعل مثله .

ولم يصعب علينا أن نعرف أنه ذهب لزيارة مدام دى بومبادور  
ان حديثا واحدا من صديقة تهتم بحديثه أكثر من أى  
إنسان فى المملكة كان الدواء الشافى لروحها التي كانت أكثر  
مرضا من سائر جسمه . » لقد وهبت مدام دى بومبادور  
الملك الهدوء والاتزان والراحة والثقة والعزاء وكانت هذه  
الهيئة سبب هذه الصداقة الطويلة .

حتى أية سنة طلت مدام دى بومبادور عشيقه الملك ؟ ان  
المؤرخ « برنيس » يجيب بدقة على هذا السؤال حين يقول  
ان شعورا أهدأ حل محل ذلك الحب المتأجج فى قلب لويس  
الخامس عشر . وقد حدث هذا التغير سنة ١٧٥٢ .  
ومستظل صديقته بعد ذلك لمدة اثنتى عشرة سنة .  
وسوف تكون تلك الصداقة بلا شك أجمل نصر جازته  
أمرأة .

وفى يوم من الأيام زارت الملكة ماري حقائق « ييلفى »  
التي كانت ملكا خاصا لمدام دى بومبادور . وعندما وصلت



# شئون المطبخ ..



## بافرواز الشيكولاتة

المغلية السابقة وهى ساخنة وتقلب وأضيفى من الشيكولاتة هذه ما يكفى لتلوين الكستردة الى اللون الذى ترغبينه .

٦ - أذيبى ورقات الجيلاتين فى قليل جدا من الماء حتى تذوب تماما واتركيها تهدأ قليلا ثم أضيفيها الى الكستردة السابقة مع التقليب السريع المستمر أثناء الإضافة ولا حظى أيضا أن تكون حرارة الجيلاتين أثناء اضافتها مسألة لحرارة الكستردة حتى لا تنقطع داخلها وتسبب خيوطا بها غير مستحبة .

٧ - يقلب المزيج حتى يهدأ تماما ، ثم يصب فى القالب واتركيه فى الثلاجة أو حوله الثلج حتى يجمد تماما .

٨ - عند التقديم يقلب البافرواز فوق اناء بلورى مسطح ويتبع فى ذلك الخطوات المتبعة فى قلب أى نوع من الآماسية وذلك يقلب القالب فوق الطبق ولسهولة انزلاق الآماسية لفى القالب بقطعة مبللة ومعمورة فى ماء مغلى .

٩ - زخرفى سطحه وحوله بوردات الكريمة المخفوفة ووحدات من الكريز المسكر أو برش قليل من الفستق **ملحوظة :** ١ - يمكنك استعمال هذه المقادير فى عمل أصناف متنوعة هـ البافرواز ، فمثلا استبدلى الشيكولاتة بقليل من روح القهوة ، فتحصلين على بافرواز القهوة .

٢ - أو اجمعى بين البافرواز والآماسية فى قالب واحد فى طبقات متبادلة جميلة المنظر والطعم وذلك بأن تحضرى باكو من الآماسية الجاهزة بالنكهة التى ترغبينها . أما فراولة أو كرز أو ليمون . وتذاب فى كوبين من الماء الدافئ وتحلى بالسكر وتترك حتى تذوب تماما وتبرد ثم ضعى طبقة من هذه الآماسية فى قاع القالب وتترك حول الثلج لتجمد قليلا ثم ضعى طبقة من البافرواز السابق عمله ويترك حتى يجمد قليلا . ثم ضعى طبقة من الآماسية وهكذا حتى يملأ القالب فى طبقات متبادلة من الآماسية الملونة وبافرواز الشيكولاتة وكذلك يمكنك وضع فواكه كالوز والكرز بين هذه الطبقات ثم اتركى القالب فى الثلاجة حتى تجمد الآماسية .

كما يمكنك استعمال القوالب المستطيلة التى تستعمل مثلا فى عمل كيك الفواكه أو الخبز الافرنكى المستطيل ، حتى تكون ذا منظر جميل عند قلبها فوق طبق بللسورى مستطيل . ويمكنك فى هذه الحالة أن تزخرفى حول الطبق بقليل من الآماسية الملونة وتتركها تبرد فى الطبق حتى تجمد ثم تنزع من الطبق بالسكين وتفرم بالسكين الى قطع رقيقة مثل الزجاج المكسور وتوضع حول قالب الآماسية .

من حلوى الصيف الباردة وله طعم لذيذ ، وسهل العمل قليل التكاليف .

### المقادير :

رطل لبن - ملعقة حلو من دقيق الكستردة - ويمكن شراء علبه منه من محال البقالة الكبيرة واحفظيها عندك لاي استعمال - ٤ ورقات رقيقة هـ الجيلاتين « التنقال » - ملعقة حلو من مسحوق الشيكولاتة - سكر للتحلية .

### الطريقة :

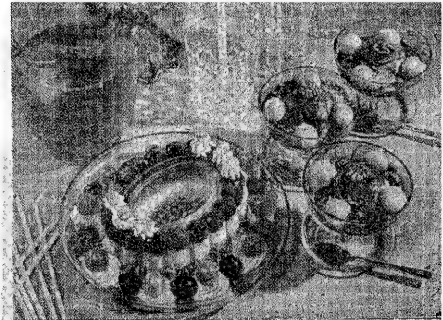
١ - أضيفى ما يكفى من السكر لتحلية اللبن ثم يرفع على النار ليغل .

٢ - ضعى دقيق الكستردة فى سلطانية ويحلل فى قليل من الماء أو اللبن البارد .

٣ - أضيفى اللبن المغلى الى دقيق الكستردة السابق مع التقليب المستمر السريع .

٤ - أعيدى الكستردة فى الكزرولة وارفعيها على النار الهادئة مع التقليب المستمر حتى تغلى وينضج دقيق الكستردة ويعرف ذلك بعدم ظهور طعمه فى اللسان عند ذوقانه واتركى الكستردة تغلى حتى يغلظ قوامها نوعا وتغطى ظهر الملعقة تغطية خفيفة .

٥ - ترفع من على النار . ثم أذيبى الشيكولاتة فى قليل جدا من اللبن المغلى أو الماء الساخن ثم أضيفيها الى الكستردة





## الطريقة :

١ - اغسلي الفراولة جيدا وانزعي كاسياتها الاخضر ، ثم صفيها من منخل سلك أو مصفاة سلك رفيعة لتحصل على بيوريه ناعم جدا .

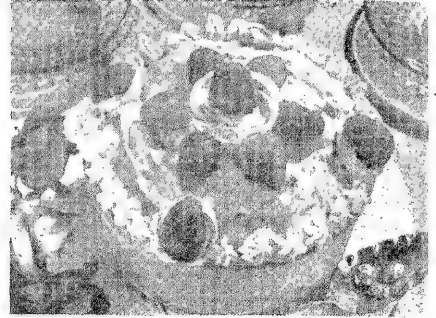
٢ - افصلي صفار البيض عن زلاله .

٣ - اضيفي السكر الى الفراولة المروسة وكذلك اضيفي اليها صفار البيض وامزجي الجميع جيدا ثم ارفعي الوعاء فوق حمام مائي وابدئي بضرب الخليط بمضرب البيض السلك ضربا مستمرا حتى يغلظ المزيج ويصير دافئا . ثم ارفعيه من على النار وبترك ليبرد .

٤ - اذبي الجيلاتين في مقدار الماء المذكور فوق نار هادئة حتى تذوب تماما . ثم تصفي فوق مزيج الفراولة السابق مع استمرارك في الضرب الجيد أثناء الاضسافة وملاحظة أن تكون حرارة الجيلاتين المذابة في نفس حرارة مزيج الفراولة حتى لا تنقطع داخله . ثم اضيفي عصير الليمون .

٥ - اضربي الكريمة اللباني ضربا خفيفا حتى تغلظ نوعا ثم تضاف بخفة للمزيج السابق وتقلب بخفة .

٦ - اضربي زلال البيض في طبق صيني مسطح حتى يجمد ويصير كزغوة الصابون المتجمد ثم اضيفيه بخفة جدا الى المزيج السابق .

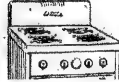
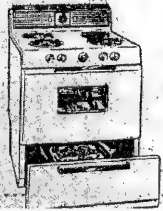


## سوفليه الفراولة

من حلوى الصيف المثلجة المستحبة وهو من اصناف الحلوى الراقية التي يمكنك تقديمها في الولائم أو في مناسبات خاصة .

### المقادير :

- ٢ كوب فراولة مغسولة ومنزوعة الكأس - ٤ بيضات -
- نصف أوقية جيلاتين « تنقال » - ٣ ملاعق كبيرة ماء -
- ملعقة صغيرة عصير ليمون - نصف كوب كريمة لباني -
- ٣ أوقيات أو ربع رطل سكر بودرة .



هناك عشرات الماركات .. ولكن لماذا يفضل المايك المارك العالية

ولماذا تعتبر مواقد وإفران الطوبى الأمريكية ..

أجود ماركة في السوق

عالمية الإطارات

لذلك أنه المستعمل دائما وبكنا يبحث عنه الجودة أولاً ..

٧ - صبي الخليط في طبق السوفليه المعد واثريه في الخلاجة أو حوله الثلج حتى يجمد تماما .  
٨ - عند التقديم أنزعى الورق المعد في القالب وزخرفي السطح بوردرات من الكريمة المحفوة وروحدات من الفراولة كما هو موضح أمامك بالرسم .

٩ - أما كيفية تحضير القالب للسوفليه فهي كالآتي :  
أحضري الطبق الذى سيقدم فيه السوفليه ويكون من البلور المعيق ثم احضري ورقة سميكة بيضاء كورق الزبدة مثلا واعمل منها قطعة كالشريط العريض لا يقل عرضها عن ٥ سم مطوية وطولها يكفى لأن يلف حول الطبق ثم لفها حول حافة الطبق بشرط أن تكون مرتفعة عن الطبق لمسافة لا تقل عن ٤ سم ثم اشبكي طرفي الورق بدبوس وعندما تصبى مزيج السوفليه يجب أن يكون أزيد من الطبق ويظفو عليه لمسافة نصف ارتفاع شريط الورق ، وعندما يجمد السوفليه تنزع شريط الورق فيظهر السوفليه في ارتفاع أكثر من ارتفاع حافة الطبق المعروف فيه ، كما هو موضح بالرسم .

## شربات الفراولة

### المقادير :

آفة فراولة - آفة ونصف سكر سنترفيش - ملعقتان عصير ليمون - قليل من اللون الاحمر ان احتاج الامر .

### الطريقة :

- ١ - اغسلي الفراولة ثم انزعى كأسها الاخضر .
- ٢ - ضعى الفراولة المدة مع السكر في طبقات متبادلة في آفاه من الصاج النظيف أو الفخار واتركها لمدة ١٢ ساعة .
- ٣ - ادعكي الفراولة جيدا وصفها بمصفاة سلك ضيقة الثقوب نظيفة ثم تصفى ثانيا في قطعة شاشة ضيقة الثقوب لتتصلى على شراب رائق جدا .
- ٤ - ضعى الشراب في حلة نظيفة جدا وارفعيه على النار الهادئة حتى يغلي واتركيه يغلي لمدة ٥ دقائق مع نزع الريم كلما ظهر .
- ٥ - أضيفى عصير الليمون واتركى الشراب يغلي به مدة ٥ دقائق ثم يرفع من على النار .
- ٦ - أضيفى قليل من اللون الاحمر اذا احتاج الامر وكان لون الفراولة باهتا .
- ٧ - يعبأ الشراب وهو ساخن في زجاجات جافة نظيفة ويحكم الغطاء بالفلين ثم يصب قليل من الشمع السائح فوق كل فلة لعدم تسرب أى هواء داخل الزجاجاة فتطول مدة حفظ الشراب .

## مربي الفراولة

من الميزات اللذيذة الشهية جميلة المنظر اذا اتقنت عملها وحافظت على جانتها وحسن لونها .

### المقادير :

خذى لكل آفة فراولة معدة آفة من السكر السنترفيش ، وملعقة شوزبة عصير ليمون وقليل من اللون الاحمر ان احتاج الامر .

### الطريقة :

- ١ - اغسلي الفراولة جيدا وانزعى كأسها الاخضر قبل وزنها . ثم ضعها في حلة نظيفة في طبقات متبادلة من السكر واتركها لمدة ساعتين أو ثلاث .
- ٢ - ارفعها فوق نار هادئة مع تقليلها بخفة من حين لآخر بالمقصوفة حتى يذوب السكر تماما . ثم ارفعى النار ويترك لتغلي مدة لا تزيد على عشرة دقائق .
- ٣ - انزعى وحدات الفراولة من الشراب واتركى الشراب يغلي وحده مع اضافة عصير الليمون ويترك يغلي حتى يعقد نوعا مع نزع الريم كلما ظهر .
- ٤ - أعيدى وحدات الفراولة الى الشراب المعقود وهدئي النار جدا وتترك حتى يتم عقد المربي مع ملاحظة الاحتفاظ بروق وحدات المربي وعدم تكسرها أو ذوبها .
- ٥ - أضيفى قليل جدا من اللون الاحمر ان احتاج الامر لتبدو الفراولة في لونها الوردى الطبيعي الجميل .
- ٦ - عند ما يتم عقد المربي تعبأ وهي ساخنة نوعا في برطمانات جافة محكمة وتحفظ في دولا ب متجدد الهواء .

## مربي المشمش الجاف

اعيد نشرها اجابة لرغبة الكثيرات

### المقادير :

٣ أرطال مشمش جاف حموى ٣ أرطال ماء - ٣ أرطال سكر - ١ ملعقة عصير ليمون

### الطريقة :

- ١ - اغسلى المشمش جيدا ثم ضعها في سلطانية وغطيه بمقدار الماء واتركه منقوعا اليوم الثانى ثم انزعى النسواة .
- ٢ - أضيفى اليه مقدار السكر ويرفع على النار الهادئة حتى يذوب السكر وترفع النار وتترك المربي حتى تأخذ قوامها المعتاد وفرب النضج أضيفى الليمون
- ٣ - تعبأ وهي ساخنة ويحكم غطؤها

## جيلاتى البرالان

اشملى الجيلاتى السابقة بنفس المقادير والطريقة وقرب مرحلة التجيد أضيفى اليها مقدارا من البرالان ويعمل بان تأخذى حوالى ١/٤ رطل سكر سنترفيش وتضيفى اليه ملعقة كبيرة من الماء واتركه على النار حتى يحترق ويتحول الى كريمة فاتحة اللون وقبل ان يتحول الى هذه المرحلة بعدة قليلة أضيفى اليه مقدارا من ألوان المقشور من القشرة الصلبة فقط ويقلب فيه حتى يتحول السكر الى كريمة كما ذكرت ، ثم صبي هذا الخليط فوراً على سطح رخامة مدهونة بقليل من الزيت ويترك حتى يبرد ويجمد ويصير مثل الزجاج . ثم ينزع من على الرخامة ويدق في البرالان حتى يصير مجروشاً مثل الرمل وهذا ما يعرف بالبرالان قرب ، ثم أضيفى هذا البرالان الى أى نوع من أنواع الجيلاتى قرب مرحلة التجيد فهو يعطينا طعاماً جميلاً ونكهة اللذيذة

# طعام في يوليو

الجمعة ٨ يولييه  
رجلة مكمورة، أرز مفلفل،  
سلطة خيار ، فاكهة

السبت ٩ يولييه  
ترلى ، مكرونة اسباجتى،  
سلطة خيار ، فاكهة

الاحد ١٠ يولييه  
لوبيا خضراء مكمورة ،  
صينية الارز المفلفل  
بالشاميل ، سلطة  
خضار ، فاكهة

الاثنين ١١ يولييه  
بادنجان مقلى ، سلطة  
زبادى بالخيار ، فاكهة

الثلاثاء ١٢ يولييه  
طبق محاشى متنوعة مثل  
( كوسة ، بادنجان ،  
طماطم ، بطاطس ) دعة،  
فاكهة

الاربعاء ١٣ يولييه  
صينية الكوسة بالعصاج  
والشاميل ، أرز مفلفل،  
سلطة خضار ، فاكهة

الخميس ١٤ يولييه  
باميا وبكّة ، أرز مفلفل ،  
سلطة خيار وطماطم ،  
فاكهة

الجمعة ١٥ يولييه  
كفتة بالدعة - ملوخية ،  
ارز مفلفل ، فاكهة

الجمعة اول يولييه  
لحم بارد ، سلطة خضار،  
صينية مكرونة  
بالشاميل ، فاكهة

السبت ٢ يولييه  
فاصوليا مكورة بالطريقة  
الشامية ، أرز مفلفل  
سلطة خضار ، فاكهة

الاحد ٣ يولييه  
باميا مكورة بالطريقة  
الشامية ، أرز مفلفل  
سلطة خضار ، فاكهة

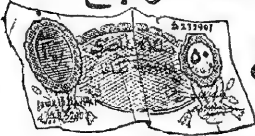
الاثنين ٤ يولييه  
صينية بادنجان  
بالشاميل ، مكرونة  
بصلصة طماطم ، سلطة  
زبادى ، فاكهة

الثلاثاء ٥ يولييه  
صينية بطاطس فى الفرن،  
سلطة خضار ، فاكهة

الاربعاء ٦ يولييه  
ارانب محمرة ، ملوخية  
دعة، أرز مفلفل، مختل،  
فاكهة

الخميس ٧ يولييه  
كوسة مكورة بالطريقة  
الشامية ، محشو ورق  
عنب ، سلطة زبادى ،  
فاكهة

## أتريد أن تروح نصف جنيه؟



### اطلب كبسولات كوكا كولا

١ تمسك طعة من كبسولات كوكا كولا.  
احمد صرودة كملت كوكا كولا.

٢ اصنع هذه الكبسولات وعندما تجمع لديك  
٣ (ك) و (د) و (هـ) و (١) و (٢) و (٣)  
فروت التى تؤلف كلمة كوكا كولا

٣ قدم الكبسولات الى أقرب مصنع أو فرع  
لكوكا كولا أو الى موزع الكوكا كولا  
بالمدينة تحصل فى الحال على عظمة مبلغة

نصف جنيه مصرى  
وساعدك بالتمتع الكوكا كولا فى الإفطار  
بالمصنع أو الفرع

اطلب الكبسولة فى كل فرع تتناول  
فيها الشراب المنعش كوكا كولا.

مصانع تعبئة سيكو  
امحاب اسياز تعبئة كوكا كولا فى القطر المصرى

٢٢٠٩٤٠٠٠

اشترك فى هذه السلسلة راسم جميع كبسولات كوكا كولا

317/SEP-AG

تليفونات بنت النيل ٤٩٦٦٨ و ٤٠٦٨٤

## عن طريق إلى استامبول المطروحة الجوية اللبنانية

للاستعلامات: القاهرة: تليفون ٢٥٠١٥ الاسكندرية: تليفون ٢٣٩٢٩



## الوجبة الفاخرة... ثم تتكون؟

والحلق واللثة كما يؤخر التئام الجروح . وأهم مصادره الموالح « الليوسن والبريتال بالسادات » والجريب فروت والطماطم والقرنبيط والنخس والكرفس .

### وفيتامين د :

لازم مع الكلسيوم والفوسفور في بناء وتقوية الجسم والعظام والأسنان . وأي نقص في هذا الفيتامين يؤدي إلى أمراض الأسنان في الأطفال كالنخر والكبار على السواء كما يساعد على هذا الفيتامين بالروماتيزم ، وأهم مصادر هذا الفيتامين الشمس والأطعمة التي تحتوي على نسب من هذه الحيوانات وبعض الأسماك مثل السردين والبيش والزبد والجبن واللبن وزيت كبد الحوت .

### وأخيرا يأتي فيتامين إي :

ولم تتوصل الأبحاث بصفة إلى تقرير مدى حاجة الجسم البشري إليه . وكل ما يمكن أن يقال عنه أنه يوفر على الجسم مقادير كبيرة من فيتامين «ا» وهو يساعد على نشاط عدم الانحباب وحفظ أنسجة الجسم سليمة . كما يؤثر ظهور علامات الكبر على الإنسان . وهو موجود في الخبز الكامل . والتفاح والموز والجزر والخرشوف والجبن والنخس .

### ٥ - الفيتامينات :

أهمها فيتامين أ و ث و ح وكذلك فيتامين ب الذي يهضم من عائلته الريبوفلافين والنيكوتينيك اسيد .

### فيتامين أ :

لازم لصحة الجلد ولدورة الدموية ونقص هسدا الفيتامين يؤدي إلى أمراض الجلد والعيون وإن سرعة التعرض لنزلات البرد والانتهاب الرئوي . وأهم مصادره زيت كبد الحوت وكبد الثيران والزبد والجبن والبيض واللحوم . وكذلك السبانج والمشمش .

### وفيتامين ب :

يساعد الجسم على تحمل المواد الغذائية الكربوهيدراتية . وعلى النمو وعدوى الأعصاب . ونقصه يؤدي إلى ضعف الشهية للأكل والإمراض العصبية . وهو يتوافر في كثير من الأطعمة مثل البيض ولحم البقر والكبد والخميرة . وأما اللحوم والسكس فما أهم مصادر النيكوتينيك اسيد .

### وأما فيتامين ث :

فهو لازم لتنفيذ وصحة الشرايين ونقصه يؤدي إلى عدم الحيوية والقدرة على عدم النمو ويعرض الإنسان إلى الإصابة بأمراض الفم

### ٣ - الكربوهيدرات :

مثل المعون تماما تغطي الجسم الحرارة والمقده وتتوالفسر في السكريات والمربيات والبلع والبطاطس .

### ٤ - المعادن :

ضرورية للجسم ومتوفرة في أغلب الأطعمة وعسدم مراعاة تناولها يؤدي إلى نقص مواد أساسية في بناء الإنسان وهي الحديد والكلسيوم .

فالحديد مادة أساسية لانه يكون كريات الدم الحمراء ويساعد على نقل الاوكسجين إلى الجسم . ويمكن تناوله في الكبدية والحجم البقري والبيض والسبانج والكرفس والعنب والتكاكو . ونقص الحديد يؤدي إلى مرض الأنيميا إن أثر الدم

وأما الكلسيوم فلازم لبناء وتقوية العظام والأسنان وهو جوي بالنسبة للأطفال . ولكن يستطيع الجسم أن يمتثل الكلسيوم تماما لا بد من تناول أغذية تحتوي على الفوسفور وفيتامين «د» إلى جانب الأطعمة الغنية بالكلسيوم . وأهم مصادر الكلسيوم اللبن والجبن والأسماك والكرفس والبيض والقرنبيط .

هناك قواعد ثلاث يجب اتباعها إذا أردت أن تعطي كل ما تقدمينه من طعام لزويك والطفالك صحيا ساويا كل المواد الحيوية اللازمة .

### القاعدة الأولى :

أن يتوفر في الطعام المواد البنائية البروتينية الأساسية .

### القاعدة الثانية :

أن يتوفر فيه المواد الواقية مثل الخضروات والفواكه .

### القاعدة الثالثة :

أن يكون الخبز والخبز والمسابود الكربوهيدراتية الأخرى موجودة بجانب المواد السابقة ولكن بشرط أن لا يكون أساسا لاء البطن وسد فراغ المعدة وهذه لحة سريعة عن كل مادة من المواد اللازمة لتوافرها في الأطعمة التي تقدمونها في كل وجبة من الوجبات :

### ١ - البروتينات :

هي التي تبني الجسم وتساعد على النمو وتجديد أنسجته وأهم مصادرها اللحم والأسماك والجبن والبيض واللبن .

### ٢ - الدهون :

هي التي تغطي الجسم الحرارة والدهون تتوفر في الزبد ودهن الجوز وزيت الطعام واللبن والبيض .



في ٣  
شهر  
فقط!

يمكنك  
أن تكوني:

خياطة ماهرة  
في  
مدرسة خيرا  
صامتة: مدام فيرا

المقيمة على أعلى الدبلومات  
منه معاهد باريس

٢ شارع ٢٦ يوليو  
عمارة الكونغرس بالدار البيضاء  
٧٤١٤

شعركم ينالون  
صحة ومجالاً  
بفضل شامبو اليبس  
هيلين كريس

المزود باليمن القصص  
والقصائد. أوب  
التي تغنيك عن صبيته



هيلين  
كريس

مركز - صحتي  
غذائي - اقتصادي

زوجك الشخصية .. حتى لا  
تنورطي في اتهامه ظلمها  
يجرم خيانتك لك .. فظلميه  
.. وتظلمي نفسك معه !  
٤ - أكبر خطأ ترتكبيه  
في حالة التحقق من تورطه  
في علاقة خارجية .. هو  
مصارحته بوقوفك على سره  
.. فان ذلك اعتراك ضمناً  
بالامر الواقع !!

٥ - عندما تتأكد من  
تعلقه بامرأة أخرى حاول  
التعرف عليها .. ودراسيتها  
بعين محاربة ..

ادرس ما يجنيه فيها من  
صفات .. لتضيفها الى  
شخصيتك .. وادرس ما  
فيها من نواحي الضعف  
ليسهل عليك التخلص من  
منافستها !

٦ - لا تنسى ايضاً  
دراسة ظروف تعرفه بها ..  
فان الظروف تلعب احیاناً  
دورا عميقا في تعقيد المسائل  
العاطفية .. فقميكم لهذه  
الظروف يساعدك في حل  
المشكلة ..

٧ - وكما انصحك  
بدراسة الظروف .. انصحك  
ايضا بدراسة نوع عاطفته  
نحو الاخرى .. فلكل قلب  
اتجاه يصيب عاطفته .. ويحدد  
شعوره .. واذا نهتم لون  
عاطفته امكنك التحكم في  
شعوره .. واستعادة قلبه ..

٨ - تقى ان في كل رجل  
عاطفة تتأثر بالحنان والحب  
.. وليس غير الحنان  
والحب سلاح يمكن ان  
تستعمل به قلب رجلك ..  
اشعريه دائما ان حيك له  
اقوى من ان تصدده الاحداث  
فانك بذلك تقصرين له المثل  
الا على نوع العلاقة التي  
تربطكما ..

٩ - ان مفتاح السعادة  
هو دائما في اخذ الامور  
بسيطة .. واذا علمت ان  
لكل انسان هفوة فلن يصعب  
عليك تحمل اخطاء رجلك  
وتجاهلها !!



فلا تستعري .. ولا تركي  
اعصابك تخونك .. انني امد  
لك يد المعونة لحل هذه  
المشكلة .. فاقدمي لك هنا  
خلاصة تجارب من سبقك  
الى اجتياز هذه المحنة ..  
اقرأي هذه النصائح اذا كنت  
تميشين في هذه التجربة ..  
واقرايها اذا كنت تستعدين  
للدخول في عالم الزواج ..  
فرما احتجت اليها قبل ان  
يسيل ثوب الزفاف .. بل  
اقرأيها اذا كنت تستعدين  
للزواج من دنيا الزواج ..  
فرما اقمعتك بتغيير رأيك  
في اللحظة الاخيرة .. من  
يديرى ؟

ولیکن شعاك دائما ..  
ان اكتساب قلب الرجل  
اسهل الف مرة من الاحتفاظ  
بقلب رجل !

١ - أول ما انصحك به  
هو عدم الاندفاع مع تيسار  
الشك .. والغيرة العمياء ..  
فان الشك يولد الوهام ..  
والواهام لا تصالح أساسا  
لحب سعيد مستقر ..

٢ - تجنبني ما امكنك  
اظهار رقابتك على تصرفات  
زوجك .. فان رقابتك عليه  
تدفعه الى سلوك احذر يقين  
.. اما التماهي في تحديقك  
واستغفالك .. واما الهروب  
من قيودك وتجسسك الى جو  
اكثر حرية ومرحاً وكلا  
الطريقين يباعد بينك وبينه ..

٣ - كل زوج برئ الى  
ان تثبت ادانته ..  
هذا هو القانون الذي  
يجب ان تناقش به تصرفات

ماذا تصنعين عندما  
تكشفين ان لزوجك علاقة  
عاطفية بامرأة أخرى ؟

انها تجربة قاسية كثيرا  
ما تعرض لها الزوجة ...  
وقليلا ما توفق في اختيار  
الاسلوب الذي تعالج به هذا  
الخطر الداهم !

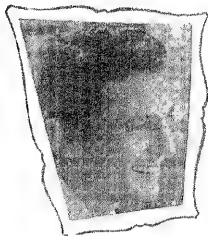
ماذا تصنعين اذا .. هل  
تصاريح به معرفتك لسره ؟  
أو هل تفضلين اخفاء  
معرفتك بذلك عنه ؟

هل تثيرين عليه وتهديدنه  
بقطع صلتك به ؟ أو هل  
تميلين الى استعمال اسلوب  
المسالة والملاينة تجنباً  
للعاصفة ؟

واذا خانتك اعصابك ..  
واعلنت عليه الثورة .. هل  
تعرفين كيف تقفين بثورتك  
عند الحد الذي لا يوصل  
علاقتك به الى الانفيار ؟

واسلوب الملاينة  
والاستمالة .. انه ايضا  
يحتاج لدفعة في التكتيك ..  
وبراعة في التنفيذ فهل  
تملكين هذه القدرة ؟

انها جميعا أسئلة محيرة  
ستجدين ان كلامها يحاول  
السيطرة على تفكيرك وتصرفك  
مع هذا الزوج المارق من  
شباك حبيب .. ستجدين  
امامك عشرات الوسائل التي  
تختتم عليك اختبار واحد أو  
اكثر منها لابداء رأيك في  
الموضوع .. فأيتها  
.. وأيتها تدعين .. ان على  
هذا الاختبار يتوقف مصير  
حياتك وبيتك ومستقبلك



عبد الحليم حافظ

فنان في قمة .. الحسد .. !

\*\*\*

♦ لأول مرة في السبايان نام  
خمسـة الاف من الناس على الارصة  
الحبيطة بقاعة هيبيا في طوكيو املا  
في القفر بتذكرة لحضور القرصة  
الموسيقية التي يراسها الموسيقار  
المعروف «ارتورو توسكاليني»

♦ افتتح السيد وزير التربية  
والتعليم معرض الرجوم الفسـان  
احمد صبرى بدار متحف الفن  
الحديث وكان في مقدمة الحضور  
الدير العام للفنون الجميلة وارملة  
الفنان الفريد

## اخبار

♦ قررت هيئة اليونسكو انشاء  
لجنة دولية لدراسة مشاكل الاطفال  
والشباب وذلك فيما يتصل  
بالامر السوء الذى تركه احيانا  
الصحافة والراديو والسينما  
والمرح

♦ ينتظر ان تقام في شهنوفبير  
القادم مهرجان للسينما الـايطالية  
في مصر وبهذه المناسبة تزور مصر  
في الاسبوع القادم الممثلة الـايطالية  
المعروفة ايلون سانسون

♦ ستمثل لأول مرة في ايطاليا  
في الاسبوع القادم مسرحية بلغة  
الاسبرانتو وستمثل هذه المسرحية  
باللغة الدولية على مسرح الغيرة في  
مدينة تورين بمناسبة عقد المؤتمر  
العالمى الرابع لهذه اللغة

♦ افاد مارك بونهام كارتى وهو  
من الاصدقاء القريين للاميرة  
مارجريت انه سيتزوج من الممثلة  
الامريكية «ليزلى جاست»

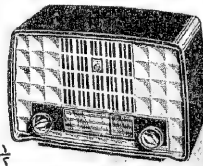
♦ اقامت مس سونيا ايلانوفنا  
مديرة معهد الباليه بالقاهرة برنامجا  
حافلا بقاعة اوبرا التذكارية قدمت  
فيه تلميذاتها من فتيات المجتمع  
المصرى في رقصه «الفالس الكبرى»



## زبل الفالغ وانيس القرية



عودتكم شركة فيليبس أن تطلع عليكم بين الفينة والأخرى  
بأحدث ما توصل إليه من تصميم وإنتاج في عالم الراديو .  
وهاهى تقدم لكم الجهاز الضعيف طراز ٢٧٦ كبطارية بجهاز  
الجهاز المثالى للبيت - رّود بموجة قصية علاوة على الموجة  
المتوسطة وبذلك يشع في متناولك معظم محطات العالم  
علاوة على محطات الإذاعة المحلية . وقد روعى في  
تصميمه جمال المنظر  
وأقل استهلاكاً للبطارية  
وأداء متنوع خال من  
الالتواءات والتدخلات  
الكهربائية .



فيليس

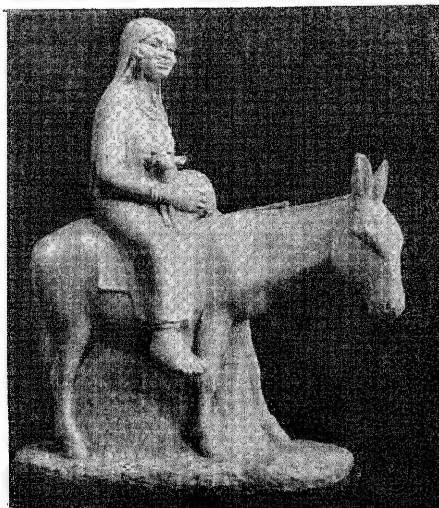


الثمن  
١٨٠ جنيه

## فيليس راديو

### بطارية اشريى الخاصة

البطارية المتناهية للراديو - حصة طويلة - تضمن لك أداة  
قوية لا يحتاج إلى نهاية شحنها الكهربائية - اطلبوها من  
جميع متجدي فيليبس في القطر المصري



الى ..... الارض الطيبة .. للفنان مختار



## ذكريات ..! للأستاذ يوسف وهبي

هذه صفحة من حياة الفنان الكبير . أقدمها للقراء بتسامح  
صاحبها أخى الأكبر « يوسف وهبي » كما يجب هو أن أسميه ١٠٠  
القناع الأحمر

وقعت اردد كلمات المسرحية وانفعل  
واصبح ولجاء دخلت المرحومة  
والدنى وما أن رأيتنى على هذه  
الحالة حتى دعشت وقالست :  
بسم الله الرحمن الرحيم .  
فلعلت اليها اقصى عليها المسرحية

أن هذه الليلة قد قررت مصيرى في  
الحياة لا صحنى لمشاهدة شهداء  
الغرام . قضيت ليلة هائلة ولم  
تفرض عيئنا بل تكررت مشاهد  
المسرحية وتخللت في نفسى دور  
البطل وما أن أقبل الصباح حتى

كنت في السابعة من عمرى طالبا  
بمدرسة سوهاج حيث يعمل أبى  
مفتشا للرى ، عندما زارنا فرقة  
تمثيلية وصحبني أبى لمشاهدة  
مسرحية شهداء الغرام من الفنان  
الشيخ احمد الشافى الذى كان  
يرأس فرقة تمثيلية تجوب بلدان  
القطر وكانت الطريقة المتبعة خلط  
الفناء بالمساهد العاطفية .

جلست في المقصورة مع أبى  
وشاهدت مسرحا ينوء في صالة  
مجهورة ورأيت أمامى ستارا خلفه  
حركة دق وطرق وكانها عليه مغلقة  
تخفى اسراراً يشاهدها سبى صغير  
لأول مرة ، عندما حلت السابعة  
العاشرة رنعت الستار ورأيت  
جماعة يلبسون الاحمر والاخضر  
ووقف امامهم رئيس الفرقة يتشد  
«مرحبا يا لسادة النجب وشرقونا  
يا كرام» والجوقة تردد معه . لم  
التفت لرئيس الفرقة الى مقصورة  
أبى وصاح «شربات يا ولد لغشى  
السرى» والتفت الى مقصورة  
المدير وصاح شيخة لسعادة المدير  
.. كان المدير من عنبر تركى وقد  
اشهر بجهبة اللحية ونزلت  
الستار فسالت أبى من هؤلاء  
الناس ؟ ومن اين أتوا ؟ ولماذا  
يلبسون هكذا ؟ فاجابنى هذا  
تمثيل .. أول مرة سمعت ان هذا  
تمثيل وأول مرة عرفت ان هناك  
من يحتفرون هذه المهنة فيلبسون  
اللابس الزركشة ويضعون على  
وجوههم الاصباغ وتوالت مشاهد  
الرواية وبدأت المواقف المؤثرة  
تستثير النظارة وأنا أولهم لقد  
انهوت دعوى والتفت الى أبى  
هايتيم وصاح : ما هذا يا يوسف؟  
هذه رواية تمثيل وليست بحقيقة!!  
لكنى كنت اذعنمت في المسرحية  
وشعرت بارتياح ان اشارك عواطف  
الؤلف والممثل ، وما أن انتهت  
المسرحية حتى شعرت برغبة وتنبه  
أبى الى ارتاعاى وقال لى : انت  
محموم .. ثم لاحظ ان دعوى  
تتهيم . وقال : لن اخذك السى  
التمثيل مرة اخرى .. لو عرف أبى



فيفيان لى

نسخة .. في لفحات الصيف..!

وإن مشاهدتها وعلى حين غرة  
رأيت الذموع تنهمر من عيني أسمى  
فصحت وكنت لها : هذه رواية .  
هذا تمثيل ثم اننى زعوت الى  
أعناق نفسى لثقتنى على أجادة  
كل الادوار التى شاهدها بالأمس  
وما أن خرجت والدنى حتى اصرحت  
الى ملايات السرب وربطها في أصدقته  
وجعلت من السرب مرحاواصرعت  
الى قطن المغدة وانزعتها لمصيفته  
بالجيسر واستعملته « للذقن  
الصناعية» واشركت أخى والخدم  
في الادوار وانقلب المنزل مسرحا  
وهكذا بدأت الهواية تسرى في  
فروقى . وجاء في السنة التالية  
فنان لبنانى شهير اسمه الاستاذ  
القراداي واعلان عن مسرحية  
«عطيل» فتولت الى أبى كسى  
يسمحني معه وكان للقراداي  
طريقة فذة في الاطلاق فقد ارتدى  
ملابس التمثيل وركب حصانا  
واركب «بديمنة» فرسا وامطى  
بأنى الزراد الفرقة حبرا وجالوا  
خلال النهار شوارع سوهاج تتقدمهم  
فرقة من عازي الطبل البليدى وكان  
القراداي يصبح بأعلا صوته  
ولبهجة لبنانية طريقة : الليلة تمثيل  
شوفوا! عطيل الغربى وديدموس  
الفرنسية حب وفراوم وفيرة والتقام  
وعكر ولاد اللثام فرجة مالمها مثيل  
انا القراداي التمسيت ، مثلت  
للخيوى والسطنان هيدى حقيقة  
ما اتاه اعلان ، ولما وصلت الى المسرح  
فى المساء وجدت القراداي بملابس  
عطيل وقد صبغ وجهه باللون  
الاسود وامسك مروحة وظل كلما  
وصل أحد الاعيان صاح للفرقة  
الموسيقية : خمسة يريمو سلام  
للسادة الكرام وبناد التمثيل وسنار  
عطيل مختلا على خشبة المسرح  
يش وبونج من الغيرة او السهام  
لم القى بيتا من الشعر :  
اذا رأيت أمورا منها النؤاد فقتت  
فتش عليها تجدنا من النساء تآتت

يوسف وهبي

« البقية في العدد القادم »

# محل ساكلا

أجلس لاكتبت لك هذه الرسالة وأنا شبه محموم لا أدري ماذا أكتب .. ولا أعني ما أريد أن أكتبه فقصتي غريبة .. ومشكلتي قد تكون الأولى من نوعها ..  
أنا شاب في الخامسة والعشرين من العمر .. مستقيم الخلق متيسر الحال .. زوج وأب لطفلين .. في صديق حميم شديد الإعجاب بخلقى إلى حد جعله يطيل من حديث الإعجاب بي أمام أسرة قريبة له وكان من كثرة حديثه عني أن تعلقت قريته بجبي على السمع .. ثم أغسرت صديقي بأن يعرض على الغداء في بيتهم .. وفي اليوم التالي أرسلت لي رسولا يخبرني أنها تنتظرنى حيث أخذتنى إلى نزهة خلوية .. وكانت بداية علاقة عميقة بيني وبينها .. وقد أسرتنى بشدة وتعلقها بي ومصارحتي بكل ماضيها .. بما فيه من سر خطير لا يمكن أن تصارح به المرأة الرجل انتهى تطمع في الزواج منه ..  
وهو ما يجبرني منها فهي غير طامعة في ما لي وزايجي بدليل أنها ترفض أية هدية أقدمها لها .. وهي في ذات الوقت لا تحتل أن أبعد عنها وتهديني بالانتحار لو أنني فكرت في مقاطعتها .. وأنا رجل متزوج لا يحتل ضميري أن أعيش خائناً لزوجتي .. كما أنني لا أجسد في نفسي الشجاعة على هجر هذه المرأة التي أحبتني بلا غرض وصارحتني بأسرار حياتها وقلبيها .. فماذا أفعل إذا وعلى أية صورة يمكن أن تنتهي هذه المشكلة .. هل لك أن تعيدني إلى صوابي بالحل السليم ..

ح - ط - بنها  
بتت النبل : أنت مخدوع يا سيدي .. فاسلوب هذه المرأة التي لا تريد أن تقسو عليها .. هو أسلوب كل امرأة لا تصبر لها ترسم سياستها لسلب ذنوب مستقيم من زوجته البرية .. أنها تليس مسوح البراة والصراحة .. وتغسل دور الحية التي لا فرص لها .. ولكن ما هو الغرض إذا لم يكن هو هذا التعليل على الالتصاق بك رغم عداها بالنسبة زوج وأب لطفال .. استيقظ يا سيدي قبل أن يجرسك التناوب .. وحكم ضميرك .. والذي أنه إذا كان هناك من يستحق عطفك وحبك وتفكيرك فهو زوجك وأولادك وبيتك .. فكم من امرأة لعوب مستترة هدمت بيتا سعيديا .. واستدرجت رجلا فاضلا إلى الهسولة .. هاوية التنكر لاه وأقرب الناس إليه .. أولاده ..  
هذا خلاف ما تتبع ذلك من غضب السماء .. واحترار الناس .. لأنني أحي فيك طهارة روحك فهي التي تمسكك الآن وتقلق ضميرك .. فلا تخسر نقاد هذه الروح .. فالجسد يفتي والتمه إلى زوال .. والروح هي التي تبقى .. ويبقى صاحبها رافع الرأس مرتاح الصبر !

خطيبتي سيعقد قرانه على قبل شهر رمضان .. ولكنه خيب ظني .. وبدلاً من أن يعقد قراني .. تخلى عني .. وانقطع عن زيارتنا دون سبب .. وفي خلال فترة انقطاعه تقدم لخطبتي شابان غيره ..



.. رفضتهما في أصرار .. فما زال قلبي عامراً بولجها الخطيب الهاجر .. وما زال النيب يجيني أملي فيه .. فهل أنا واهمة ؟  
مريم - السويس

بتت النبل : أنتي التمس لك العذر في مخاوفك هذه بسبب صغر سنك وسذاجة تفكيرك وهو ما أرجو أن يفسمه خطيبك في اعتباره حتى يترقى في نظرتك إليك .. وأمساً رأي فهو أن طريقة الأفراد في النوم تعتبر فعلاً طريقة حسنة .. حسنة بالنسبة لصحة كل منكما وحيثه .. وحسنة بالنسبة إلى احتفاظ كل منكما بشعور الشوق نحو الآخر إلى مدة أطول .. أقول لك هذا رغم أنني وأنت أن وجودك معي في بيت الزوجية .. سيفسر رايه .. وعاداته !!

هجر .. ووفاء

كنت قد اشركت معي في مناقشة مشكلتي التي أشرت إليها في عدد سابق بعنوان «هل القبلة حرام» وفي خطابي السابق لك .. أخبرتك أن

سأحتدل الانتقال معك إلى بلد غير بلدي .. وببيت غير بيتي الذي لم أفرقه يوماً .. فإن حبي له يدفعني لمتابعتك إلى أقصى أطراف العالم .. ولكن إن أمضى الليل في غرفة بمفردي .. فهو ما أعرف أنني لن أحتمله .. أنها أول مشكلة تعترض حياتي الزوجية التي لم تبعد .. ولكنها تحيرني وتثير مخاوفي من الزواج .. فهل تعاونا بيني على حلها ؟

الحائرة ف



خاتمة .. من الزواج !

أنا فتاة في السادسة عشرة من العمر .. خطبت لشاب من عائلتي ، وقد تم تفاهما على كل ما يتعلق بمستقبلنا المشترك .. إلا ناحية واحدة منه هي التي اختلف حولها رأينا فهو يصر على أن يكون له حجرة نوم مستقلة عن حجرتي بدعوى أنه لا يستطيع النوم مطلقاً في غرفة تضم أحداً غيره !

أما أنا فالامر يختلف تماماً معي .. فقد نشئت بين أخوات ظلمت أقداسهن الفراش حتى لم أعد أستطيع الانفراد في النوم في غرفة أو فراش .. لقد قلت له أنه يكفي أنني



كدرسة حتى اذا عدت الى البيت وجدت شغل البيت والمطبخ ومنساكن الاولاد جميعها في انتظارى .. وأما الابن فأخصه مساعدا زوجي في عملياته المساعدا الخاصة بشئون تجارته .. وبذلك تربى ابنى لا أجد في وقتي ولو بضع دقائق أستطيع أن أزين فيها أو استريح وقد كنت راضية بحالي واتقه من تقدير زوجي لجهادى معه فى الحياة ... ولكنى اكتشفت أخيرا انه يوزع نظرات الاعجاب للهمة بين بعض صديقاتى من هؤلاء السيدات والانسات اللواتى يقطعن اوقات فراغهن وتطهفن بالجلوس امام المرأة .. ولا حاولت الاهتمام بزينتى ثار وتصنع الغيرة وراح يشتد بجهه للجمال الطبيعى العاطل من المكياج .. اننى فى حيرة لا أدري هل أصدق كلامه لا عن جمال الروح .. أو أصدق نظراته الموهمة للوجوه المرسومة بقلم

الروح والجواب !!

امال - ح شبرا



بنت النيل : هذه الظاهرة منتشرة بين أغلبية الأزواج .. أنهم يدفعون زوجاتهم الى اهراس صحتهم واهمال ذنبتن بينما يحلو لهم التطلع الى تصرفات الاخريات واناقة مظهرهن والسفر في ذلك هو غيرتهم العمياء على زوجاتهم ورغبتهم في اخفاء جمالهن عن عيون غيرهم من الرجال .. وبذلك يظنون نساءهم ويعزرون نفوسهم من الكحة الحلال !

فانصتكم بالاهتمام بمظهرهم في حدود الاحتشام .. فكم من زوجة بريئة راحت ضحية للسبب ذاته أو على الاصح .. للمبرر ذاته !!

علاقته بها على كل لسان .. اننى أكاد أجن وأنا المس جفاة في الاولادنا وأتصور المستقبل الرعب عنيهما يطردني وأطفال ليحلبها في بيتي .. بيتي الذى يحكى قصة أسرة كانت سعيدة .. وأطفال كانوا جد فرحين بابيهم .. اننى لا أكاد أصدق انه بقوى على ارتكاب



هذه الجريمة القبيحة .. ولكن تصرفاته كلها تشير الى أنه يستدرجنى الى ذلك الموقف .. هل يكون من حق هذا الزوج لو أنه طردنى وأولادى من بيتنا .. هل يكون جديرا بأن يشغل تفكيرى وقلبى ؟

أم يائسة

بنت النيل : لو انك جنت فتفلا يا سيدتى لما كان ذلك غريبا .. ولكنى أروجد ان تفكرى في أطفالك الايراء المساكين .. فلم يعد لهم في الحياة غير مصدره العيون .. عيش من أجلم ادا ودعى التفكير فيه .. فان رجلا يبيع شريكه غيره ، وفلذات كبده .. ويبيع معها سمته وضيمه .. رجل يبيع كل ذلك من أجل امرأة تملك مثل هذا الفصيح الجرم الذى اجاز لها ان تبني سعادتها على انقاض سعادة أطفال ايراء وزوجة لم تسم لها ولم تحاول الشهرة بها ليامداه منذ البداية من طريقها مثل هذا الرجل غير جدير بحبك .. ان امالك الآن هدفا عظيما هو الجهاد في الحياة لتوفى الحياة الثرية لا فذلك الدين نجفهم ابوه !

الأزواج .. الأزواج

أنا زوجة موهمة .. أقضى يومى جزوا كبيرا من ليلتى بين مختلف المسؤوليات التى أقوم بها .. فالتنصف الاول من اليوم اشغله فى عملى

الثورة على هؤلاء الذين ظلمونى .. وزوجونى بفتى عاطل اصغر منى سنا لانه قريبى .. وحرمونى من حبيبى صاحب المركز المحترم .. والشخصية الكاملة .. اننى انتظر حكمك .. فصارحيتى به هل انا جانية .. أو مجنى عليها ؟

ح - ع - ح

بنت النيل : حكى هو انك في شرع الحب تعترين مجنبا عليك .. اما في شرع الواقع فتعترين جانية .. جانية على نفسك وعلى من تحبين اكثر منك على زوجك .. فالرأة قبل الزواج يكون من حقها أن تختار نوع الحياة التى تريد أن تعيشها .. ولكنها بعد الزواج فلن يكون من حقها قط أن تمنح نفسها هذا الحق .. كان عليك ان ترفى رفيتك على اهلكك فتزوجى بين اختاره لك اما وقد قبلت من قدموه لك .. فلم يعد من حقا ان تواصلى الاتصال عن قريب أو بعيد برجس فيه اسمه نصيحى واقضى اتمالك بصديقك القديم حتى لا تطيلى غداه وعذابك .. وحتى تحصى نفسك من التوراث الى في علاقتك به .. واذا لم يكن هذا في استطاعتك .. فصارحى زوجك أو اباك بالطلاق والطبى الطلاق .. فخير أن تطلقى وانت زوجة شريفة من أن تعيشى زوجة خائنة انها الاخرى .. هى

المرجة

عرفت ان لزوجى علاقة بامرأة أخرى ولما صارحته بما عرفته عنه .. طيب خاطرى .. وحاول اقتناعى



بأنه لا خطر على منها .. فان علاقتهم بها مجرد شعور بالمعطف عليها .. ومضت الايام على ذلك حتى كدت انسها .. بيتنا كانت علاقتهم تتطور الى أن وصلت الى حد تفكيره فى السزواج منها وأصبح الحديث عن

بنت النيل : فهت من رسالتك انه يعتذر عن زيارتك باسباب واهية مقنعة .. وهذا يؤكد انه فى الانسحاب ويؤكد أيضا التواء نفسه .. فالرجل المذهب هو الذى يكون صريحا في انسحابه في تحديد علاقته بالفتاة التى تركها وتجه وتابل في الزواج منه كوسى عاقلة .. ولا تهمى مستقبله فى أجل رجل غير جدير بحبك ولا تمنع من اعطائه فرصة أخيرة ليثبت صدق نواياه تحوله .. فإذا لم يك بوعده .. فليكن انونفى تفكره فيه .. فان تفكره يكون بعد ذلك من حق الرجل الصادق الذى بهك اسمه وقلبه



هل أنا خائنة ؟

هل أنا خائنة ؟ السؤل القاسى الحائر على شفتى .. المعذب لضميرى .. والقصه .. قصة عذابى .. هى أننى كنت أعيش فى حب سعيد طاهر مع « ابن الجيران » الى أن تدخل أبى فأصدر حكمه المستمد من قانون التقاليد .. تقاليد أسرتنا .. وكان الحكم قاضيا

بتزوجى من قريبى الذى خطبت له وأنا طفلة فى «اللفة» وأحتراما لابي وافقت مكرمة .. وانتقلت الى بيت أسرة زوجى لاقضى ايامى فى تعباسة متصلة .. لم تفارق الدموع عيني خلال العامين اللذين مر على زواجى .. وقد لجأت الى تخفيف الامى عن طريق محادثة حبيبى تليفونيا دون ان أراه ... وهكذا أصبحت أعيش على الدقائق التى اختلسها من وقتى لاسمع فيها صوته الحبيب .. ان ضميرى يتمرد على ويتهمنى بالخيانة لزوجى .. وقلبى بدوره يعلن



التي دتكن ثلاث ملكات وعشرة وستة  
ثم قال : حسنا ، النقود لك .  
وقال موردين :

- ستأتي سيارة البوليس لتأخذنا  
الآن أيها الرئيس ، لقد تكلمت  
دوريس بندر في المكتب وقالت أنها  
تريدك في الحال وأنها لن تتكلم مع  
أحد غيرك .

والفتت دتكن الى سام مورين  
وهو يقول :

- دوريس بندر فتاة في حوال  
التاسعة والعشرين تنتمتع بمهاج  
الحياة ولها أخت غير شقيقة  
تعيش في ساكسونفيل ومتزوجة  
من طبيب أسنان . وقد اخفت  
هذه الأخت وفتهم دوريس دوج  
أختها بقتلها واخفاء جثتها في  
مكان ما ... ولو لم يكن لها  
أصدقاء من السياسيين لما اهتمت  
بالأمر شخصيا .

وسأل سام مورين :  
- هل أستطيع الذهاب معك ،  
إني لم أتعلم من قبل في جريمة  
قتل ...

وقام الجميع الى السيارة حيث  
ركب موردين بجانب السائق وترك  
للقد الخلفي لدتكن وسام مورين .  
وعلا صوت صفارة السيارة وهي  
تخرج على أرض الشارع بسرعة .  
وبعد قليل كانت السيارة قد  
وصلت الى العنوان المنشود فنزل  
الجميع حيث سيقيم دتكن الى باب  
المنزل وهناك استقبلتهم امرأة  
جميلة بابتسامة مثيرة ...

- إني مسرورة للقبولك يا مستر  
دتكن ...

وقال دتكن في لهجة رسمية :  
- مسز بندر اسعدي أن أقدم  
لك مستر مورين صاحب شركة  
إعلانات وتوزيع وهو خبير في  
مسائل كثيرة قد تفتتنا في هذه  
القضية .

وفي الداخل كان يوجد رجل  
في ملابس فاتحة وبعد أن تبادل  
التحية مع الضامدين قال : ان  
دوريس ... أخته مسز بندر  
طبيبت لتستشيرني فيما أفضله  
وقد أخبرتها أن أحسن ما تفعله  
هو أن تخبرك بما حدث ...

وصمت دتكن بينما قالت مسز  
بندر تكلم حديث صديقا :

- ان يوم ويكن من أحسن  
أصداقائي ... ولقد أخبرك بامسرت  
دتكن أن آن قد قتلت وقد تلقت  
منذ ساعة خطابا في البريد يقول  
مرسله انه يجب علي أن أدفع عشرة  
آلاف دولار في الوقت والمكان الذي  
سيحدده لي فيما بعد وذلك لاطلاق  
سراح آن وإذا لم أدفع لن أرها  
مرة ثانية وكذلك إذا أبلغت  
البوليس . وسلمت مسز بندر  
الخطاب الى دتكن. السلي قراء



## الجريمة الغامضة

ترجمة الأستاذ محمد خريك

- هل تعتقد انه يمكن حصل  
جميع القضايا ما بين التاسعة  
سباحا والخامسة مساء ، وماذا  
نعمل اذا جاءت لك نساء بعد  
ميعاد العمل وأخبرتك أن أختها  
قد قتلت هل تحل هذه المشكلة  
نورا ثم تنفخ للبيوت .

وقال بارني موردين :

- حسنا يا يوب ... سننتول  
الامر . ثم وضع السماعة من يده  
والفتت الى زميله قائلا :

- يحسن أن نزيد المبلغ ما دام  
هذا هو آخر دور ...  
ووضع سام أوراذه على المائدة  
فأذا هي ثلاث ملوك وتسمتين بينما

والا سأرفع المبلغ ... فقال سام  
... لا أستطيع لأن الدور على  
موردين .  
ووضع موردين يده على السماعة  
ثم قال مخاطبا دتكن :  
- يوب ترتت يقول أن هناك  
أخبارا جديدة فيما يتعلق بقضية  
هارتول التي تتولاها شخصيا ،  
ماذا أتول له ؟

ورد سام موردين بسرعة ...  
لماذا لا يقوم كل منكم بعمله في  
مكتبه ؟ في كل مرة تلعب فيها  
ويكون الحظ في جانبي تأتي مكالمه  
من شخص يريد أن يبعث عن  
قطعه أو ...  
واقطعه دتكن قائلا :

كان سام موردين يلعب الورق مع  
فيصل دتكن رئيس مكتب الادعاء  
بالهينة ثم التي سام ورتبه على  
الماندة وطلب غيرهما فاطمة بارني  
موردين مفتش المباحث ما طلب ثم  
أخذ لنفسه ثلاث ورتات ، وكان  
وطيس اللعب حاميا والجميع يتابع  
النور يصره ويحاول أن يحتفظ  
بأعضائه في ثلاثة حتى يروح في  
هذه اللعبة التي تعتمد كثيره على  
خدع الاغصان ، وهي لعبة البوكر .  
ودق جرس التليفون - فأنوا دتكن  
الى موردين الذي قام من فوره ليرد  
على التكم . ...

وقال دتكن لسام موردين ...  
أفضل لك أن تدفع دولارين من الآن

## مستون ثانية فقط : ننقلك الى عالم جديد من الفئمة

إن أبسط وأسهل وأسرع طريقة للحصول على الجمال الاخاذ

بأن تتيك ميك أب

استنكاد

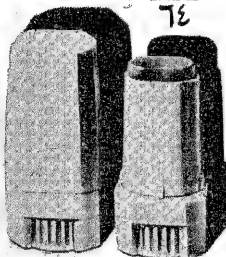
ماكس فكتور هولود

MAX FACTOR  
HOLLYWOOD



البريت تيلود  
كوكيت ديم جيم  
فشا اسبايت  
سيتا سترو بالاسكندرية

إن الكريم الأساس المضاف الذي يوضع في سبوتة استعماله أهم واشفاه فهو يمنع فقاوون ويدوم ساعات طويلة ..  
إن بان ستيك ميك أب بورتر قد المليونين علاج طبيعي لجمال بشرتك وهو يكسبها النضرة والانتعاش ..  
وميزة بان ستيك المكري هونفطية الشرايب والجماعيد وازالة الزلزال لرائحة والتعب كما أنه لا يضر على وجهك إطلاقاً  
إن نجوم هولود وميزة الكريم المفضل على الشاشه وخارجها لانه لا يوسع مسرمة ويفيد البشرة تثيراً ويسرع عليها فترة لا يره  
إحسلى بان ستيك حيناً ذهبت



• بان ستيك علامة مسجلة  
• فولايا كيم - ماكس فكتور هولود

الموزعون : د. صفا ديكور ، بالقاهرة ٢٠٠٣

## تليفون بنت النيل

٤٩٦٦٨ - ٤٠٦٨٤

بطا عترات  
لبنات كايماستر  
المطوط الجوية اللبنانية

العاهة : سارة سبادا تليفون ٢٥٠١٥ - اوكسيدية مايوت ٢٣٩٢٩

انت بهيمة دفع النقود وبجانب ذلك فاك تنملك بخصاً والكان الطلوب هو وسط الخليج حيث يأتي قارب بخارى يتسلم المال ويعد ذلك بسيط سراج آن ...  
- ولكن لا أنوسط في أمثال هذه الامور يا مستر ويكى ...

- أنهم كانوا يرايبيسون المنزل بالامس وقد شاعروك تحفر مع مستر دكن وتطلوا أن تقوم أنت بالاداء بمهمة توصيل النقود ...  
- انى ان اقوم بذلك يا مستر ويكى ... انها مهمة ...  
- هل تقوم بها اذا طلب منك ذلك رئيس مكتب الادعاء ؟  
- ربما ...

وقد جرس التليفون في الحال وقالت ناتال :  
- لقد طلبت مكتب الادعاء حتى تعبرهم بالامر ...  
- وضع سام يده على الساعة وقال مخاطباً ويكى :

انه مكتب الادعاء ...  
دكن ... ان مستر ويكى بجاني ويريدنى ان أحمل المبلغ للعصابة .  
وخيم الصمت لحظات مسدودة ثم قال دكن :

- اسمع يا سام ... هل ترى من اسبغ القيام بالامر رغم كل الظروف ؟ ...  
- اظن ذلك ...  
- اذا ... اننا لم نعرف شيئاً من الامر ولكن سارسل مسامسا لكنتك مع رسول ...

والنفت سام الى زائره قائلاً :  
- سأقوم بالمهمة ...  
وقال دكن عبر اسلاك التليفون :  
- انك تبحث من المخاطر يا سام ...  
اما ويكى فقد اخرج المالبوعض الصور وسلمها لسام وهو يقول :  
- يجب ان نتأكد من انك تدفع المال من أجل الفاتاة المطلوبة ...

(٣)

كان الهواء يهب بشدة بينمسا كانت الامواج تتلاطم وتزدج حينما قال مورين الى سيزير بروملي قائدة اليخت :

- سننتظر هنا مجيء قارب بخارى ...  
- ما السبب ؟ هل هناك شيء ؟  
- وسع في نفس اللحظة فجيج قارب بخارى يقترب نقال بروملي :

- انها ظروف سيئة جداً لقارب بخارى في هذه الليلة ...  
وسلط القارب البخارى غسوة كثفاً قوى تجاه اليخت ثم اطلقه الدور به لجهة ... وفى دقائق كان القارب محاذياً لليخت وقال صوت قوى موجهاً لمورين :

- انقذ ... وقفز مورين الى

ياحتراس حتى لا يتلف بصمات الاصابع التى قد توجد عليه .  
بينما تفر سام مورين للخطاب ثم قال انه طبع بواسطة قطعة من الخافط وهي طريشة صمبة غير مستعملة ...

وابدت مورين مغافها لما ذكر في الخطاب ولكن دكن طمأنها حينما زاد عليها الخوف قال دكن :

- اذا اردت نصيحة غير رسمية منى لاني اقول لك ادفع المبلغ ... ولكن يجب ان تحسرسى أولاً وتأكدي من صدق هذا الخطاب ... لقد يكون احد الناس قد علم باختفاء آن فاغتنم الفرصة ليربح بعض المال واستعير ان ما علمته منك الآن ليس شيئاً رسمياً ...  
فروت الفتاة : هذا ما اطلبه منك يا مستر دكن ... شكراً لك ... وقال دكن والسيدة تنهب بهم الارض عائداً :

تذكر انها قالت ان ما ابلغتني به ليس رسمياً ...  
ورد مورين :

- انى اكراه ان ادخل في عملك يا صديقى ولكنى اعتقد ان احسن ما تقوم به هو ان تبدأ في تنبص اثار آن هارتول منذ ان تركت منزلها في ساكسونفيل ...  
فقال دكن متعصفاً :  
- لتذهب للجحيم من واخذهيا ... دعنا تكمل لعبة اليوكر ...

(٤)

قالت ناتال ويس تعادلت رليهما سام مورين :

- مستر توماس ويكى يريد ان يراك ويرفض ان يذكر سبب المقاتلة ...

- تمام أنت فوراً ...  
ودخلت ناتال حجرة رئيسها وقد خلعت من وجهها مظاهر الجد والوقار وسبققتها اشعة حلوة ...

وقال مورين :  
- اريدك ان تسجل كل ما يحدث في هذه المقاتلة كلمة .. كلمة ...  
وأوامر ناتال الى رئيسها ثم اذارت مفتاح الديكتوجراف الذى تتصلل برئيسها بواسطة ثم فتحت الباب ونادت على مستر ويكى الذى دخل في سرعة ومد يده الى سام مورين ...

بينما اقلت ناتال اليساب وذهبت الى مكتبها لتسجل كل ما سمعه من جهاز الديكتوجراف وقال سام :  
- اى خدمة يا مستر ويكى ؟

- انها بشأن قضية هارتول ... انها مسألة حياة يا مستر مورين ... لقد اتصل بعضهم بالامس وطلب منا دفع النقود فاتيبت لك فوراً ...  
- ولكن ما دخلنى بذلك ... ولماذا لم تخبر رئيس مكتب الادعاء ؟  
- لقد طلب التحدث ان تقوم

القارب الذي دار محركة في سرعة وضجيج ثم دار نصفدورة وانطلق لا يلو على شيء . واسمك أحد الرجال يبدي مورين بينما أخذت يدان مربتان تفتشان لمبراسه . وسرعان ما أخرج السدس السدي يحمله مورين . نمرخ مورين ...

أريد هذا السدس . فأفرقه الرجل من رصاصاته ثم اعتاده ثانية وهو يقول بسخرية . لا أحد يريد سدسك . لا نفسي . انها الظروف كما تعلم . وأخيرا دار القارب دورة حادة ثانية ثم خفف من سرعته وانجه نحو سفينة شراعية ورسا بجوارها . وأمر أحد الرجال مورين بالصعود فتراجع سام لحظة وهو يقول : اني اريد تأكيد بانني اتمام مع من عنده آن هارتول .

ولم يرد أحد وانما فاده أحد الرجال من يده إلى كابتة صغيرة بادل السيفية . . . وهذا شاهد فتاة شاحبة اللون ملقاة على الأرض . والأعياء يبدو جليا على ملامحها التي تشبه تلك التي رآها في الصور العامة له .

وقال شخص يبدو عليه إنه الرئيس : هل أحضرت المال أوراها قديمة من ذات العشرين دولار ؟ وأخرج سام القدر وسلمها إليه فنظر فيها لحظة ثم أشار برأسه إلى بعض ألبامه . وفي الحال كان سام والغفلة وبقي الرجال في القارب ينتظرون ثانية حيث أقلم إلى البيت ثم قال راجعا في سرعة حتى اختفى ولم يدم يسمع شجيجه في سكون الليل .

والفتى سام إلى مسز هارتول التي تسلمت أعياء على الأرض فوق ظهر البيت وحملها سام معاونة برموه إلى إحدى الغرف حيث قام لها ببعض الإسعافات اللازمة . وحسنا تحت أن عينيها سالها سام :

هل تشعرين بتحسن ؟ وأوامت مسز هارتول برأسها شاكرة فقال سام : ما هي إلا التي فقئتها على ظهر هذه السفينة ؟ بضعة أيام لا أذكر عددها على وجه التحديد .

هل بالكثير حتى تركت منزلك ؟ - أنا لم أتركه ولكني أخذت منه مثل حوالي أسبوعين . هكذا يستطعمون . ولكن ... لماذا لم يطلبوا الغدقة قبل ذلك ؟

أظن أنه كانت عندهم بعض المخلوقات كما أنهم لم يستطيعوا الاتصال بزوجي . هكذا يستطعمون يتحدون . وسأل برموه « قبطان البيت » سام مؤدبين .

هل ستبقي الأمر المبوليس ؟ - فكان جواب سام : لا أظن ذلك ...

وكان البيت قد قرب من مرصاه في هذه اللحظة فالتفت المرصاة ثم ربطه أحد العمال في البر ، ودل سام وهو يتأهب للترول، ووجها حديثه لبرموه :

لم نذكر أن لا يجب على أي سؤال لأي شخص . وسحب آن من يده إلى ظهر البيت ثم نزل الدراج وبداه وحسنا وطئت أقدامهما أرض الرصيف فلما صوت قوق ...

أنت قد فرقت عيبك ... اتسما الاثنان ... حاذرا من أي حركة مفاجئة وأرفسا الدومكنا إلى الهواء .

اندفعت نائالي ريس داخل مكتب سام مورين الخاص وكان تحست إبطها مجموعة من صفح المصباح واندفعت نائالي حينما رأت سام جالسا يدين على مقدمه وقالت : كنت اعتقد أنك لست هنا . - نلتفتني في السجن ؟ اعتدته ان الصفح فترت ذلك . - نعم ، شرته تلميحاً وقالت أحد اصحابشركات الاعلانات بجشوب اللبنة ...

جيبيل منهم فعل ذلك ... ولولا فيل دكان لا خرجت هكذا مبكرا ...

هل ستبقى عملا اليوم ؟ - تصرفني بما تريد - وتجنبت رجال الصحافة والخبرين وجعلت نائالي حينما سمعت كلمة الخبرين وسقطت فوق أحد المقاعد وهي تقول ...

اعتدوني يااستر مورين ... اني أشعر بغايه . وقام سام جاريا فاحضر كوبا من الماء ثم صب قليلا مسن البراندي الذي شرته دفعة واحدة ولا استمادت نشاطها قالت ...

ولكن كيف قبض عليك ؟ - لقد أخذت إلى المعصاية ثم قبض على حينما رجعت وانفقت حول الشبهات بينما مسز هارتول ترددي أحسن لسانيتها وثقت أمام مصوري الصحف .

ولكن ... هل سميت رجال البوليس الاتقادي الوضسوع باجمعهم ؟ وكان في صوتها رنخوف دفعت سام إلى المصحة والعجب فسألتها هل كل مصلحة شخصية في هذا الموضوع يا نائالي ؟

أبدأ بالمره ... لقد خرجت حينما سمعت من المخبرين لم هاتت ذا ... انني سكرتيرتك لقط يااستر مورين وليس لي دخل بهيئته الموضوعات اطلاقا ...

أنت تعزفين كل شيء والغريب اني لا أعرف عنك سوى أنك تقدمت لامتحان الذكاء الذي مقدمته لاختبار سكرتيرة فتكت الأولى ولم تقملي في سبورات استخدام سابقة أو ... هل هناك شيء في ماميكلا ؟

وقامت نائالي من مقعدها في كبرياء وهي تقول ... مسز مورين اني أحب هذا العمل ولكني كنت أصبحت تتعامل مع المعصيات فانفتحت ان هذا الوقت مناسب لكي أتركك .

أنت لا تخدعيني بذلك يا نائالي ان عمل يجعلني عالما نفسانيا ان لاحظت جرعتك أصبحت تحرك ان البوليس يحوم حول المسكان فقل مستخبريني من جلية الامر ؟

واصبح وجه نائالي أبيض كالشمع وجعلت نائالي ثم طلبت منه سيجارة وانشطها ثم ابتدأت في الحديث ...

لا بد أنك سمعت باسم التون ج . ريس في حادث اختلاص ... انه والدي ...

وانتلا وجه سام بالنعان وهو يقول :

أليس في السجن الآن ؟ وأوامت نائالي برأسها لتيسم اكملت الحديث ...

وعندما قبض عليه كان هناك اعتقاد بأنه أخفى خمسين ألفا من الدولارات في مكان ما وقد حاول البوليس اغراءه بالكشف فذه المكان حتى يخفف الحكم عليه ولكنه رفض لانه لم يكن له علاقة بالعاثرت اطلاقا . وقد اعتقلت السلطات بعد ذلك اني أعرف مكان النقود فأخذ رجال البوليس والمخبرون يلاحقوني في كل مكان حتى تضايقت خطيبي وتركني وحتى كرهت حيائي .

وذا مرة استطعت أن أقرب من مراقبتهم وتركت ملابسني ومنزل ول وكل شيء . وأخذت في البيت عن عمل . وقد قبضت بفصل الاطباي وتوصيل طلبات للمنازل وكسل الاعمال حتى أجبرت أنت استماتك ... ولكن تأكد ان والدي لسم يكن له أي صلة بالاخلاص لقد كان الامر كله مجرد لعبة سياسية من ديكسون وحزبي حتى يخلصوا الطريق من والدي ...

ولكن هناك مال اختلس فلما - لقد اخلصته ديكسون أو أحد رجاله .

ولكن لم تعتقدني ان مخبري البوليس سيمرونك ؟ - أظن ذلك ... ولو ان حادث اختلاص منسز هارتول يبدو لي غير مستقيم ...

ماذا سالككم بعمل بخصوص هذه المسألة وهو عمل سييئكم من وجه المخبرين لغزرة ...

أى عمل ؟ ؟ ان مكتبنا ملي بالمثل ولا نتاح لاصمال الغيرين لنقوم بها ... انك لم تريد قلعة من مسدس في صنادك ...

ونشكرك نائالي وندحك سام ثم قال :

س يسقوم نائالي المساعدان بعمل المكتب ... لقد سمعت المصادرة التي جرت بيني وبين مسز ديكسون حينما أوردتني ادفع عني مسز هارتول وقد دفعتمها ولكن هناك بعض امور لا يقبلها عقل فقد اشترطت المعصاية دفع المبلغ أوراها مائة من فئة العشرين دولارا القديمة ولكني حينما سلمتهم المال لم يكلف أحد منهم خارطة بعد هذا المال وانما نظري فيه نظرة واحدة ... هناك المسز هارتول نفسها ... لقد سمعت كانت مصابة بدوار البحر وكانت في حالة اعياء شديدة مع انها تقول انها قضت اسبوعين لسدى المعصاية في يخبث أو سفينة ولو كانت قضت هذه المدة فلما ذهب عنها دوار البحر ولم اصيبت به

صعدنا إلى البيت بعد دفع الغدقة واحضار مسز هارتول التي أحد رجال المعصاية شيئا على ظهر البيت وما بعثت مع وجسده حقيية نسائية وكان بها بعض أدوات التجميل العادية ومهما مظروف خطاب ...

الظروف فقط ؟ ؟ العادة ان يتمت الانسان بالخطاب نفسه لا بالظروف ...

هذا ما لفت نظري ... وكان هناك أيضا هذه البطاقة وهي بطاقة إحدى شركات سيارات الاجرة ومكتوب عليها « سام ١٢ » . وأريد منك أن تتجري من سائتي السيارات في هذه الشركة حتى تحصل على بعض المعلومات ولكن اياك ان تستخدمني صورة مسز هارتول المنشورة في الصحف . والا وصل الامر للبوليس ... نائالي اني أشعر ان هناك من يستخدمني لبلوغ أغراض معينة وأنا لا يمكن ان أكون غدقة في يد أحد الاغبياء ...

اسخر مني واستخدمتني لتفليس أقرضه وكذلك مسز هارتول لقد بدأوا بدتكن ومورين ولكنهما كانا اذكي عنى ... ولكني سأعرف كيف اكشف الحقيقة ... هل أنت مهي

أى النهاية يااستر مورين . واشكر لك استبدلي من طريق المخبرين ... ولحسن تقديرك ...

ونخرجت نائالي بينما جلس سام يفكر ... ولكنه سرعان ما سمع صوتها حين التليفون خالفا مضطربا



# فيلكو

موديل ٣٦٢١

**PHILCO TROPIC 3621**

أحسن راديو  
بطارية في العالم

- موجات قصيرة ومتوسطة
- صنع خصيصاً للمناطق الحارة
- ذو نماذج غاية في الأناقة والمنظمة





# بنت النيل ..

وللتجاعيد غذاء بكرم « فيلغا »  
وأقول السمرة باستعمال كريم  
« بليشنج » .

زهرة من قارات بنت النيل -  
باسموت :

استعمل المنظف اللبني « ميلكي  
كلينز » لتنظيف البشرة . وكريم  
« فيلغا » للتغذية وكريم قاسدة  
« رشابل » وأحمر خدود وأحمر  
شفاه .

عزيرة .....  
أفضل أن تعرضي حالك على أحد  
الحلاقين ليرى طبيعة شمرك قبل  
اختيار الصبغة التي تلائمك  
وليطمئنت كيفية وضع الصبغة .

ج م م .....  
الالة التجاعيد تنصصك  
باستعمال كريم « أنتي ريد » أو  
كريم « بيركتين » .

جميلة .. الزيتون :  
تنصصك بالتقيام ببعض التغيرات  
الرواقية للصدر وعمل تدليك مرة  
أو مرتين في الأسبوع .

فصيلة . س - طرابلس :  
لا يمكننا نصحك بشيء قبل  
معرفة طبيعة شمرك .

سهيلة - قارة :  
من المستطاع معالجة البقع البنية  
ولكننا في حاجة إلى معرفة حالك  
الصحية على وجه العموم .

صلي م م .....  
لا بد من استشارة حلاق له  
خبرة طبية .

عائدة يوسف :  
ابتعدي عن أكل التوابل إن  
أردت القضاء مديدا على حب  
الشباب . ولو أننا نعيش ملك إن  
تعرفى حالك على خصائص  
الأمراض الجلدية ليخلصك من  
وصف لك النظام الغذائي الواجب  
إتيانه في هذه الحالة .

العذبة سولي :  
اعرضي حالك على أحد  
الأخصائيين في أمراض الجلد  
ليصف لشرتك ما هي في حاجة  
إليه .

قارئة مستديرة سعاد أحمد :  
استعمل كريم « ديودورت »  
للعرق وكريم « بليشنج » لاسمرار  
تحت الأبط .

ص .. بالاسكندرية  
استعمل كريم « بليشنج » مع  
العناية بإزالة العرق تحت الأبطين  
باستعمال كريم « ديودورت » .

أنسة أميرة بالفيوم :  
اعتنى بنظافة شمرك بنفسه  
بالصابون مرتين في الأسبوع مع  
استعمال أحد المقويات المشهورة .

عائدة بلهان :  
إن بشرتك دهنية وأنت في  
حاجة إلى استعمال كريم جاف .  
الطبيب من المحل الذي تعاملينه أن  
يعطيك كريما جافا من الأنساف  
الجلدية . أما شمرك فهو في حاجة  
إلى تغريش يومي لمدة عشر دقائق .

أنسة م ح م بالمنصورة :  
الصعل بمخزن أدوية الأحامد  
بالمنصورة . ألت في حاجة إلى أن  
تعنى بنظافة بشرتك يوميا مع  
استعمال كريم مغدل للبشرة .....  
تجرو اعطائنا بيانات أوفى عن  
حالة البشرة أولا ليصف لك ما  
يلزمك .

ص ص قنا :  
نظف بشرتك جيدا قبل الماكياج  
وقبل النوم عند الزلته . وهاتما  
منسحفات خاصة لإزالة لمة  
الآلف . السواد الوجود حول  
العينين نتيجة للإجهاد حاولي  
أراحتك أولا .

سلمى سى - طنطا  
لبشرتك الدهنية استعمال المنظف  
اللبنى « ميلكي كلينز » لتنظيف  
بشرتك وكريم « فيلغا » لتغذيتها .

وتعاطى متويا به جميع الفيتامينات  
أورم أصابعك في الشتاء استعمال  
أقراص لبنات الجير .

الآالة الخزينة ٢٠٠١ ع  
يا أنستي لا تجزعي لهذه المادة  
حالة طبيعية . أما إذا كانت بكمية  
كبيرة لدرجة ملحوظة جدا أو كانت  
ذات رائحة كريهة فيجب إن تصارحي  
والدكات لتصحب لأحد أطباء أمراض  
السرطان لكي يقرر نوع الميكروب  
ويصف لك العلاج اللازم .

س . عطية - العجيزة بطنطا  
أسباب الصداغ كثيرة جدًا  
ومختلفة منها الانيميا الشديدة أو  
وجود حبوب بالآلت أو ارتفاع أو  
انخفاض ضغط الدم أو وجود ورم  
بالخ فالصداغ عرض وليس مرض  
قائم بذاته فأصح مرضي أشرك  
على طبيب أخصائي حتى يفحصه  
نحسا شاملا ليقرر سبب الصداغ  
والعلاج اللازم .

أنسة أ د س - الإسكندرية  
اعرضي نفسك على الدكتور  
الظواهرى أخصائي الجلط بالقاهرة  
ومستجدين عنده بإذن الله علاجًا  
لحالك فلا تأسى .

أنسة ل م م - بالبحالة بعصر  
يا أنستي صغر الثديين ليس  
عيبا كبيرا كما توهمين وخصوصا  
والت على قسط وافر من الجمال كما  
تقولين فأحمدى الله . يمكنك أن  
تقوى سدرك بالتمرينات الرياضية  
الخاصة بذلك .

أما عن الورم الوجود بشمرك  
فأصح باستشارة طبيب جراح في  
أقرب فرصة .

دكتورة سعدية اسماعيل نصر



١٠٠ ع من قارات بنت النيل :  
إن الاسمرار الوجود تحت  
الأبط بسبب العرق . وفي استطاعتك  
إزالته باستعمال كريم « بليشنج »  
وللعرق استعمال كريم « ديودورت » .



تجيب على هذا الباب الدكتورة  
سعدية اسماعيل نصر الطيبة  
بمستشفى أم المصريين بالجيزة  
عنصمت عبد الحميد بقوسنا للحنطة  
استعملى لتدليك لروء الرأس  
غشول « تونوسكاين » مرة كل ليلة  
لمدة ١٠ دقائق

حرم السيد مهندس زوادة مركز  
حوش عيسى  
استعمل غشول « البديريم »  
ساسة للبيتع الفاعلة مرتين يوميا  
مع مراعاة عدم التعرض للشمس بعد  
استعمال الفسول .

قارئة حزينة وجدان بشبرا  
اعرضي نفسك يا سيدتي على  
طبيب اسنان فهو وحده الذى يقرر  
نوع العلاج .

سيدة حزينة  
يا سيدتي لم تنظرينى لدنيا بهذا  
المنظار الاسود ولم كل هذا يا سى ؟  
تشجعى يا سيدتي واشغلى نفسك  
بأى عمل نافع واحمدى الله انك لم  
تفقدى شيئا يستحيل تعويضه كلمة  
البرص مثلا . يمكنك يا سيدتي أن  
تتصلى بالسفارة الأمريكية ليدلوك  
على مزارع أحد المصانع الشهيرة  
حتى تهيك الى طلبك بإذن الله

زوزو الغالية بالنون الطرورية  
الثانوية بالمنصورة  
للاج قشر الشعر استعمال ١٠٠  
الفسول قبل الحمام بنصف ساعة  
بكرىونات الصودا ٢٠٠ م  
حضض البورك ٢٠٠ م

لملعة شوزية من الفسول على  
لتر ماء لتدليك قبل الحمام .

استعمل لروءك غشول « اكيبورك »  
مرة في الصباح ومرة في المساء .

أنسة واداد أبو حماد  
استعمل غشول « لشمسك » لشمرك غشول  
« سينافاكس » لتدليك قبل الحمام

# عن طريق قريب الخطوط الجوية اللبنانية

للاسماء: القاهرة - نابضوت ٢٥٠١٥ - اكتوبر ٢٣٩٢٩

بخصوص رغبتك في الكولونيات  
والطوور لنسجند ان نشرها لك  
في احد اعداد الصيف تفرجيبا .

قائمة - د - ع - و :

لانتشاس من الاحلام ، ولاتنبس  
الخرافات في هذه الناحية فالاحلام  
عادة تاتي عقب التفكير في فكرة  
معينة يرددها العقل الباطن انتشاء  
اليوم ، فلا تتأخر بها في اطوار  
حياتك . واتركي التشاؤم وكروني  
مرحة متفائلة فلاحلام كلها بيد الله

بعضها مستدير وبعضها مربع او  
والوان جذابة واستعملها لخرقة  
اثاث حجرني النوم والصالون .  
٢ طريقة عمل الكولونيا والطوور  
سبق ان نشرتها في اعداد سابقة  
وان شاء الله ستحاول اعادتها  
قريبا .

ل.ه. سوهاج :

نصحت اخذك بان تجري عملية  
صياغة شعرك عند اخصائية في  
تبريد وتجفيف الشعر . اما

نصف ملعة صغيرة بوركس وقلة  
شعرة صغيرة في حجم الحصاة ثم  
اضيفي اليها حوالي ٣ ملاعق ماء  
بارد لتحليل التشاؤم ثم اضيفي اليه  
الماء المثلج جدا مع التليب المستمر  
السرعة حتى يذوب قوام التشاؤم  
ويصل الى لون شفاف مثله .

بريد عام

مسعود ، بدوشين : يمكنك  
الاشتراك في المجلة ابتداء من الشهر  
الذي تختارينه من السنة .

قريا : بيروت : المجلة توزع  
في جميع دول الشرق العربي .  
عليه : شعرا : يمكنك الالتحاق  
بكلية الاداب والحقوق والتجارة  
نقط .

الهام الجيدة : الثقافة والاطلاع  
لنستمر نمنحنا وبقوينا الشخصية .  
فاطمة : الزمالت : سنعمل على  
اجابة طلبك في العدد القادم .

سامية : الدقي : اعتمد على  
نفسك ولا توجل الى الفدا ما في  
استطاعتك ان تملكيه اليوم .  
عايدة : ن . ن : بني سوسوف :  
أخذنا علما باقتراحك وسوف  
نعمل على تنفيذه ما امكنا ذلك .  
اعتقال : ل . ل : الخطاطبة : في  
استطاعتك شراء المستنصر الذي  
تحتاجين اليه من احدى صيدليات  
دمهور .

ع ١٠ - بالاسفورية :

ليس الجوارب من الاشياء  
الضرورية لتكلم الاثافة في وقت  
كان سواء في الصباح او المساء .  
او مع الاخوية المقلوبة او المفتوحة .  
ولكن نظرا لشدة الحر يمكن  
الاستغناء عن لبسها في الصباح  
وفي غير المناسبات الهامة .

امينة حسن بهاء الدين : يحلب :  
اقري كتي : حياة الطفل او  
حديث صديق العائلة او خواطر في  
الطب . وكلها للدكتور مصطفى  
الديواني .

ليل : ه - بمصر الجديدة :  
التحق بدورسة فاكس بمصر  
الجديدة واخبريها بجميع شروطك .

ل . ل - سوهاج :

قطع التل الصغيرة الموجودة  
عندك اعلى منها مغارش متوسطة  
يضاهي وطريقتها بفرز . ببسيطة

## شؤون المنزل

عيشة مراد اسماعيل - بعلما :

ناسف لهم امكننا اجابة رغبتك  
لصيق الوقت لان الاصناف التي  
تطلبها نشرت واعيد نشرها مرات  
كثيرة والاحسن ان تشتري العدد  
الخاص بك والذي اخذته منك  
سدبتك لاسيما وانك من المشتركات  
ويومك الاحتفال بجميع الاعداد .

ليل : ل .

وضحي نوع طقم الكاكافا الموجود  
عندك والذي تريد ان تطلبه هسل  
هو طقم مغارش ام طقم كراسي .  
وما نوع القماش الشغل عليه  
الكاكافا اذا كان مغارش . اخبريني  
عن كل هذه الاشياء ليتسنى ارشادك  
اما بخصوص مشكلة شريك الخشن  
وعدم امكانك عمل آية فورية له .  
فمن نصيح بالاستعانة بفردة في  
محلات تصميل الشعر .

القائمة ف . ي - بمصر الجديدة :

اريلي اثار الكويبا التي تشاء من  
رسم المغرش بنعم للمرش في اسبرو  
ايض مع تغييره كلما اتسع ، حتى  
تزدل البقع ثم يفسل كالمستد .  
اما الدبوس الزجاجي الذي تريد ان  
تطلبه فافسل الجزء الزجاجي  
الوجود به بماء دافئ وصابون مع  
استعمال فرجون اسنان قديم ناعم  
لتنظيف الفخوش والزخارف . ثم  
يشطف ويجفف . ثم لعي البرنز  
الحبل به بقليل من الزيت الحلو  
حتى يلمع تماما .

ج . ف :  
روح الفتوة يباع في زجاجات  
صغيرة في محلات البقالة الكبيرة  
ويستعمل لاضاء طعم وتكهة القهوة  
في الاشياء الباردة فيها .

عواطف : ن .

ناسف لعدم امكاننا ارشادك الى  
طريقة عمل الفيك . اما طريقة  
عمل البريناتين فهو سهل . ويصنع  
باضافة اللون والرابعة المطلوبة الى  
الغازلين اللقي المادي الذي يمكنك  
شراؤه من أي آيخانة او مخزن  
ادوية ويصنع الجميع معا في حاون  
وخام وذاج ويعبأ في البرطمانات  
مشتركة بالغازلين :

سبق ان نشرت طريقة عمل  
النشاء الخلي . وهو ان تضعي  
ملمعتين كبيرتين من نشاء تقي في  
طبق صاج عميق واضيفي عليه

قريبا  
يقيم اتحاد بنت النيل  
حفلات للأطفال  
باشراف مجلة الكسكوت

كل يوم خميس  
من الساعة ٣ر٣ الى الساعة ٣ر٣هـ

برامج حافلة  
وهدايا ثمينة

رسم الدخول ٢٠ قرش

الاستعلامات بنادى اتحاد بنت النيل  
٤٨ شارع قصر النيل بالقاهرة

## المرأة في شهر

« بقية من ٩ »



آن ميلر



ميرل اوبرون

### صدقة الحيوانات

توقفت المس بروك مؤسسة وصاحبة مستشفى الحيوانات الذي أقامته في مصر لمساعدة الفلاح على علاج الحيوانات التي يستخدمها في حياته الريفية . لقد أدت المس بروك اجسل الخدمات للفلاح الفقير الذي لا يسمح له دخله بالعناية بحيواناته التي يعيش على عملها في الحقل وعلى لبنها ولحمها

### حول العالم

تقوم الانسة هلن كيلر المؤلفة الامريكية العمياء بزيارة المراكز الخاصة بتدريب العميان في العالم . وقذارات الباكستان واندونيسيا وبورما وهنغ كونج وجزائر الفيليبين واليابان



### بدون تعليق !

ارسلت السيدة ارملة الزعيم الراحل لياقت على خان سفيرة الباكستان في هولنده الى سيدات الباكستان توصيهن بدم المبالاة بحملة الدكتوراة درية شقيق على تسعدد الزوجات

٩٩

سيزور مصر قريباً الرئيس سوكرانو رئيس الجمهورية الاندونيسية وستصحب زوجته الاولى !!



### قران مصرى امريكى

تم عقد قران الصاغ عباس البغدادي على حفيدة المخرج السينمائي العالمي سميل ب. دى ميل وسيمعود العروسان السعيدان الى مصر في اوائل هذا الشهر

المعروف كمال الشناوى وقد اعجب الجمهور وصنفى المطرب المبدع عبد الحليم حافظ ولحنه كاربوكسا والتولوجنت الصفيرة ليلية ولرقص الاقاعي الذي قدمته الجالية الهندية في مصر

### كواكب السينيما

اقامت السيدة قرينة الاستاذ انيس سراج الدين حفلة لكواكب السينيما الامريكية آن ميلر ومرل اوبران وايرين دن وكانت الكواكب الثلاث موضع احتفاء المجتمع المصري



### عشاء في الزمالك

اقامت السيدة قرينة مصطفى الشوربجي حفلة عشاء دمت اليها عددا من الشخصيات المصرية نذكر منها : قرينة محمود حسن وقرينة طاهر العمري . وحضر الحفل ايضا قرينة نجيب الراوى سفير العراق في مصر

### الموسم لم يبدأ بعد

ذهب احد اعضاء نادى السيارات بالاسكندرية ليقتض السهرة فيه . وبعد انتظار دام ساعة عاد العضو الى منزله . فقصد كان النادى خاليا تماما . . . ويبدو ان الموسم لم يبدأ بعد في نادى السيارات بالاسكندرية

### ايغا بيرون

ان العاصفة التي هبت على الارجلتين وهزت قواعد الحكم فيها تعود بنا الى ذكرى قرينة الرئيس بيرون الراحلة التي شاركته الحكم وقربت منه قلوب الشعب ترى لو ظلت على قيد الحياة حتى اليوم هل كانت هبت تلك العواصف المتعددة ورات بنت النيل ان المرأة وهى تمتاز بالحاسة السادسة تتوقع من بعيد هبوبه العواصف فتعمل على تفاديها

### البيك اب

ودعت السيدة ناديا بدر اوى عددا كبيرا من رجال السلك السياسى والقضلى وغيرهم من المعروفين في المجتمع المصري الى حفلة ساهرة في منزلها . وكان من الحاضرات السيدات قرينة محمود يونس وقرينة شكرى وبصار وقرينة صالح يونس . ورقص المدعوون على انغام البيك اب لعدم وجود فرقة موسيقية . .



### حفلة اتحاد بنت النيل

اقام اتحاد بنت النيل حفلته هذا العام بدار سينما كايرو وقد اشترك في احيائها عدد كبير من كواكب المسرح والسينما وقد قدمهم الى الجمهور الممثل السينمائي



## عمود ثل عليك

### العلامة العادية عشرة

إذا كانت يداك بضمتين  
غضضتين وأصابعك ناعمة  
الملمس ؟

فأنت تنظرين إلى الحياة  
نظرة سطحية فلا ترين إلا  
محاسنها . وأنت إلى جانب  
ذلك دبلوماسية من الطراز  
الأول ذات ارادة واندفاع .

### العلامة الثانية عشرة

إذا كانت خطوط راحية  
يدك كالآتي :

١ - خط الحياة طويل .  
٢ - خط المقاومة العصبية  
٣ - خط الرأس الذي يقف  
عند خط التفكير والصحة  
٤ - خط قوة الإرادة والمنطق  
السليم  
٥ - خط القلب ظاهر وينتهي  
قرب لسبابة عند علامته  
الزواج . وخط القدر ظاهر  
وطويل .

٦ - خط الشمس . وإذا  
كانت السبابة أطول من  
البصر فهذا دليل على عقلية  
عملية ونجاح في المجتمع .

### العلامة الثالثة عشرة

إذا كانت سبابتك تساوي  
بنصرك في الطول ؟

فهذا دليل على التوازن  
بين الطموح والابتكار  
والفشل نادر أو شبه نادر  
في هذه الحالة .

### العلامة الرابعة عشرة

إذا كنت تلبسين سوارا  
ذهبيا حول معصمك الأيمن ؟  
فهذا هو الاقتصاد بعينه  
والحيطة فالذهب تمويدة .  
أما إذا كنت تلبسين حول  
معصمك الأيسر فهذا يدل على  
طاعة عبياء وانقياد لأحدهما .

### العلامة الخامسة عشرة

إذا قبضت يدك فهل  
تخرجين إبهامك ؟  
إن هذا دليل على النضج  
وزجاجة العقل وعلى أنك  
كبيرة لامل . أما خروج  
إبهامك فعلامة رغبتك في  
التحرر من كل قيد ظالم .

## كل شيء عن الاتيكيت

( بقية ص ٧٢ )

٧ - اخلقى فيها الشعور بالكرامة  
والثقة في النفس فإن ذلك هو  
ودود من كل رتبة الذي يحميها  
من الزلل .

٨ - الفتاة العاطلة أخلص الناس  
لشيطان أو الأوامر أو الأرض .  
فليك توجبه حيوية فتلك نسو  
الخير والعمل والاتناج .

٩ - لا تفسري عليها زوجها  
لا يرضاه قلبها . ولا تنسافي  
مهما في النور في علاقة برجل  
لا يليق لها . لا تدعي غيرك  
النساء يسيطر على أرواحها .

١٠ - عندما تصبح حصة  
لزوج ابتك . فليك أن تذكري  
كيف كان زوجك يفتق ويترن من  
تدخل والدتك . فإن ذلك يفتك  
بضرورة احترام استقلال حصة  
ابنتك الزوجية وعدم التدخل في  
شؤونها الخاصة أو خلافتها  
الزوجية !

## الجريمة العامة

بقية ص ٨٨

الدكتور وينشادر هارتول يريد  
مقابلتك ولا يريد أن يذكر السبب  
يقول إنه سيحطرك إذا لم  
أسمح له بالدخول . . .  
وقطع الصوت مرة واحدة  
ثم سمع صوت مقاومة ثم نبح باب  
مكتب سبام مرة واحدة وانفتح منه  
رجل طويل القامة رابع الوجه حاد  
الظنرات ذو شفتين مزومتين وأخذ  
يحقق في سبام مزور . . . وكانت  
ناتالي تمسك يده ويدها الأخرى  
في ياقة شترته وقال سبام : أعتقد  
أنني أتحدث مع . . .

٠٠٠ - دكتور هارتول  
وصاحت ناتالي فجأة . . . حذار .  
٠٠٠ إن معه ميسا . . .

« يتبع »

## الاجابة الصحيحة

١ - البيجوم جيهان  
٢ - ممثلا للشعب والعشائر  
٣ - الكورنيش  
٤ - حزب الشعب  
٥ - الماخناكار أو التهدد  
الاعظم

كل انسان على الارض  
يعمل ويهدف للسعادة . وكل  
ينظر الى السعادة بمنظور  
يختلف عن منظار غيره ولكن  
هناك علامات أساسية  
للسعادة لا يختلف فيها  
اثنان . ونحن نقدمها على  
هذه الصفحة لعلك تجددين  
فيها ما أنت جادة في البحث  
عنه .

### العلامة الاولى

إذا كنت قد ولدت ما بين  
شرق الشمس والظهر ؟

فأنت قوية نشطة إلى أبعد  
حدود النشاط . وقد نلت  
هذه القوة وهذا النشاط من  
أشعة الشمس التي ولدت  
تحت تأثيرها . أنك مكافحة  
من الدرجة الاولى ولسوف  
يحالفك النجاح في كل  
مشروعاتك .

### العلامة الثانية

إذا كنت تفضلين اللسوء  
الوردي والاخضر والازرق ؟

فأنت تحبين المرح والحبور  
وتميلين إلى الفنون على  
اختلاف أنواعها كما أنك  
عاطفية تميلين إلى الحب  
وتوفقين فيه .

### العلامة الثالثة

إذا كنت عريضة الجبهة ؟

فأنت معتدلة المزاج وعلى  
جانب عظيم من الاخلاق  
الحميدة . عادلة . تحبين  
الخير وتنصرين للضعيف .

### العلامة الرابعة

إذا كان حاجبك مقوسين ؟

فأنت تهدين إلى المستقبل  
العليا وتحبين الاختلاط  
بالبناس . متفائلة إلى أبعد  
حدود التفاؤل .

### العلامة الخامسة

إذا كانت عينك زرقاوين  
أو عسليتين ؟

فأنت سعيدة وتميلين إلى  
الواقع . أنت متواضعة  
وبفضل هذا التواضع  
ستصلين إلى بيتك مهما  
تكن صعبة المثال .

### العلامة السادسة

إذا كنت كسبائية الشعر؟  
فاعلمى إن الشقراء تصر  
بجانب السعادة ولا تراصا  
وكذلك ذات الشعر الفاحم .  
أما صاحبة الشعر الكسبائي  
فإنها ترى كل شيء وتعمل  
بروية للوصول إليه .

### العلامة السابعة

إذا كان الخط الذي يوصل  
شفطيك كامل الاستقامة ؟  
فاعلمى أن طرفي الشفتين  
المتجهين إلى أسفل يدلان  
على التشاؤم وسوء الحظ .  
أما الشفتان المستقيمان  
فتدلان على أن صاحبتهما  
من ذوات العقل الراجح  
والحكم الصائب .

### العلامة الثامنة

إذا كنت لديك «غميزة»  
مستديرة في ذقنك ؟  
فلا بد وإنك عاطفية كثيرة  
الحنان تحبين أسرترك  
وتخلصين لها وفوق ذلك  
فأنت معتدلة المزاج .

### العلامة التاسعة

تميلين إلى السمعة ؟  
فأنت من النوع الذي  
يستفيد من الأغذية التي  
يتناولها وتعتقد أنك متفائلة  
وذات طبع هادئ يميل إلى  
كل ما هو اجتماعي .

### العلامة العاشرة

إذا كانت قدمك تنحرفان  
إلى الخارج عندما تسيرين ؟  
فأنت جميلة القد وشيقة  
القوام وكلك حيوية ونشاط  
أضف إلى ذلك أن تقسك  
بنفسك لأحد لها .

## شهر العسل

والآلام • احتفظي بهدوءك وقت الازمات وتذكرى دائما بأن ابتسامة وجهك قد تنسى زوجك الكثير من الهموم والاحزان •

٤ - لا تنسيك أعمالك المنزلية حقوق نفسك • اظهري دائما أمام زوجك فى أتم زينة وأجمل ثياب •

٥ - كونى عنصرا ايجابيا فى حياة زوجك • غذيه بأرائك وأفكارك وميديه بنصائحك وتوجيهاتك •

٦ - اياك والجدل والنقاش فانه يثير ثائرة الزوج وغضبه • تعلمى فن الانصات وتحلى دائما بسحر الانوثة ومباهجها •

النصائح التى تجعل شهو العسل مستنينا وأعواما من السعادة والهنا :

١ - اياك والتكاسل والقعود • كونى دائما مبتكرة وحاولى أن تظهرى منزلك دائما فى ثوب جديد وعلى نسق بدعي •

٢ - اياك والاهمال أو التهاون فهو فى عرف الأزواج استهتار وعدم اكتراث • أعدى لزوجك بيدك الواثمة من الأطعمة والمشهيات وطالعيه من حين لآخر بطائفة من المفاجآت والمسليات •

٣ - كونى مرححة ولا تستسلمى أبدا للمتاعب

بهفواته الامر الذى يبذر بينهما بذور الشقاق ويجعل من حياتهما جحيما لا يطاق • الواقع أن المرأة تستطيع بلباقتها وحسن سياستها للامور أن تجعل من حياتها ربيعا دائما إذا ما هي عمدت الى محاربة هذا التغير فى نفس زوجها والروتين فى نظام حياتها محاولة أن تقدم لزوجها ألوانا من المتع والسرور التى تجعله يقبل عليها ويفضل وكرها على أى مكان آخر •

واليك يا سيدتى بعض

يقول البعض بأن الزواج هو نتيجة الحب الذى ينمو ويزدهر بين شخصين جمعتهما اللفة ووجدت بينهما الروابط • فحسن المرأة يذبل بعد انقضاء الشهو الاول الذى اصطلح على تسميتها بشهو العسل، ويبدأ الزوج فى التطلع اليها لا يعين العاشق المفتون ولكن يعين الفاحص الناقد المتحفز المترقب • وتلاحظ الزوجة على زوجها هذا التغير فتأخذ من جانبها فى تعقب أخطائه والتنديد

## السيدات الانقيات

تجد السيدات الانقيات مضايقة جديده بسبب رائحة العرق الذى يؤدى اشتداد الحرارة الى افرازه ويتالم بعضهن كل الالم حتى أنهن يتجنبن ارتداء الفساتين الخفيفة للسبب المتقدم •

وقد أصبح الآن فى امكان كل سيدة أن تطمئن الى هذه الناحية من نواحي التجميل والعناية بالبشرة بفضل صابون جديد أنتجته شركة الملح والصودا على أساس الابحاث العلمية الاخيرة فان هذا الصابون الذى يمسرف باسم « ج ١١ » يحتوى على مادة هيكساكلوروفين الفعالة ، وهو يقضى على السبب الاساسى لرائحة العرق اذ يضعف قوة الجراثيم التى تسبب هذه الرائحة • وأن شركة الملح والصودا لسعيدة أن تعلن على السيدات هذه البشرى •

صابون « ج ١١ »  
يباع فى جميع الصيدليات

**بذنت النيل**  
لا تقبل أن تقلد  
إلا  
عن البضائع  
التي تأكد  
من جودتها

**إقرئ إذن**  
إعلانك بذنت النيل



ت : ٤٠٦٨٤ - ٤٩٦٦٨

قال من المواد  
الكيميائية الصناعات

مشحوفات الغسيل  
الفريد في نوعه

سفاطين

شركة سوكوي - فاكوس اويل العامة

ينظف كل شيء

أفضل المواد المنظفة  
وأكثرها اقتصاداً



CA 79023

شركة سوكوي - فاكوس اويل بمصر